DISCORSI DELLA VITA SOBRIA

DEL SIG. LVIGI CORNARO.

Ne'quali con l'essempio di se stesso dimostra con quai mezzi possa l'huomo conseruarsi sano insin'all'vltima vecchiezza.

NVOVAMENTE RISTAMPATI ET DEDICATI.

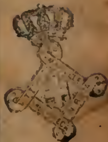
ALL' ILLVSTRISS. ET REVERENDISS. SIG.

MONSIG. MARCO CORNARO

VESCOVO DI PADOVA.







IN ROMA, Appresso Giacomo Mascardi. MDCXVI.

Con licenza de' Superiori.

Imprimatur, si videbitur Reuerendiss. P. Mag. Sacri Palatij Apostolici.

Cæsar Fidelis Vicesgerens.

Imprimatur.

Fr. Gregorius Donatus Romanus Reuerendiss. P. Fr. Hyacinthi Petronij Rom. Sacri Palatij Apostolici Magistri Socius, Ord. Præd.



ILLVSTRISS. ET REVERENDISS. SIG.

SIG. MIO PATRONE BENIGNISSIMO.

E QVASI opinion comune, che fra li beni di queſta vita la ſanità rieſca il primo: onde con giuſta cauſa fù chiamata dono del Cielo, gratia della Natura, & vero frutto del viuer regolato: all'acquiſto, & conſeruation della quale certo non ſi proua il miglior mezzo, che la ſanta ſobrietà. Io, che molti libri à tal'effetto hò ſpoluerati, non hò hauuto alle mani Opera ne più reale, ne più vtile, ne più gioconda di queſta dell'Illuſtriſſimo Signor Luigi Cornaro; la quale hò voluto io far dar di nuouo alla ſtampa, non tanto per dedicarla à V. S. Illuſtriſſima, à cui veramente ſi deue per ogni riſpetto, & di ſangue, & di virtù, & di merito, & d'imitatione, quanto per rimetterla nel guaſto Mondo à gloria dell'Autore, à beneficio

di chi brama viuer ſano lungo tempo, & à confuſione di chi opera in contrario. Supplico V. S. Illuſtriſſima à gradire queſto penſiero dell'obligata mia deuotione, & à credere che io non hò altro intento, che di ſpendere per lei quella vita, che del continuo riceuo, & riconoſco dall'infinita ſua benignità; Nella quale, come in lucidiſſimo ſpecchio di glorioſa fama, contemplando ammiro la ſacroſanta Religione di vero Prelato, la memorabil prudenza de ſuoi maggiori, e'l ſempre viuo ſplendore della Eroica ſua famiglia. Quì confuſo fermo la penna, & à V. S. Illuſtriſſima profondamente inchinandomi reuerentiſſimo bacio la veſte. Di Roma al 1. di Gennaro.

Di V. S. Illuſtriſs. & Reuerendiſs.

Humiliſs. & obligatiſs. ſeruitore.

Giorgio Gennaro.

AD ILLVSTRISS. ET REVERENDISS. D. D.

MARCVM CORNELIVM

EPISCOPVM PATAVINVM

DE ALOYSII CORNELII LIBRO

De vita propaganda, moderate & parce viuendo

EPIGRAMMA.



ORNELIORVM Regiæ domus decus
Aloysius, vere aureo libro docet,
Qua prorogemus arte vitam hanc perbreuem,
Sitim leuando parciter, parcè & famem.
At Marce tu, qui Presules inter micas
Minora qualis inter astra Cynthia,
Qua prorogemus arte vitam cælitum,
Dies beatos edoces; sed pauperum
Sitim leuando largiter, largè & famem.
Vterque vitam scilicet producitis,
Discrimine sed hoc; tu facis, solum hic docet;
Tu permanentis, hic fugacis sæculi,
Tu largitate, hic parcitate prorogat.

Georgius Ianuarius.

DEL

DEL LIBRO DELL' ILLVSTRISS. SIG.

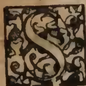
LVIGI CORNARO.

All' Illustriss. & Reuerendiss. Monsig.

MARCO CORNARO

VESCOVO DI PADOVA.

GIORGIO GENNARO.



PIEGA Luigi al Mondo in bei colori
Come sugga di morte il fiero strale;
Come tra tanti error, tra tanti horrori
Goda del chiaro Ciel l'aura vitale.
Quasi Gioue mortal Marco immortale
Per dar la vita ancor pioue tesori,
E già la pronta Parca al nostro male
Hà più volte allungati i suoi lauori.
Onde due gran Cornari il Mondo addita,
Che d'ingegno, è Pietà sù l'ali accorte
Trouan nel Ciel d'honor la via spedita.
Ma ceda pur gran Marco à la tua sorte
Luigi, che togliendo altrui dà vita,
Che tu col dar altrui togli la morte.



DEL

DEL MEDESIMO LIBRO

All' Illustriss. & Reuerendiss. Monsig.

MARCO CORNARO

VESCOVO DI PADOVA.

GIORGIO GENNARO.



VESTI che in parca Mensa
Largo alimento di salute appresta,
E della Morte arresta
Il passo, aprendo il corso à vita immẽsa,
Di tua stirpe real degno rampollo
Fù, ben degno d' Apollo,
Nè dissimil à tè: se non che scarso
Ei di delitie; largo
Fù di doutie il ben altrui compite,
Così per varia traccia vn fine ambite,
Sostenendo il salubre
Di donar vita altrui publico incarco;
Tu liberal, ei parco.



DEL MEDESIMO LIBRO.

GIORGIO GENNARO.



VEST'ingegnosa vsura
Con cui per prolongar vita mortale
Nobil guadagno fà dell'immortale
Il nouello Esculapio ;
Forza è che sforze il fato, e la Natura
Mentre chiude le porte
A la vecchiaia, al morbo, & à la Morte.



TRATTATO DELLA VITA SOBRIA DEL SIG. LVIGI CORNARO.



CERTA cosa è, che l'vso ne gli huomini co'l tempo si conuerte in natura, sforzandogli à vsare quello, che s'vsa, sia bene ò male. Parimente vediamo in molte cose hauer la vsanza più forza, che la ragione; che questo non si può negare; anzi bene spesso si vede, che vsando vn buono, & pratticando con vn cattiuo; di buono che era, si fa cattiuo. Si vede anchora il contrario, cioè, che si come facilmente la buona vsanza in ria si conuerte, così anchora la ria ritorna in buona: perche poi vediamo, che questo maluagio, che prima era buono, pratticherà con vn buono, e lo ritornerà buono, & ciò non procede se non per la forza dell'vso, laquale è veramente grande. Ilche vedendo io, & considerando, che per esser lui di tanta possanza, si sono introdotti in questa nostra Italia da non molto tempo in quà, anzi alla mia etade, tre mali costumi. Il primo è l'adulatione, & le cerimonie. L'altro il viuer secondo l'opinion Lutherana, che pur da alcuni si và mettendo à gran torto in consuetudine. Il terzo, la crapula; i quali tre vitij,

anzi moſtri crudeli della vita humana,hanno tolto a'noſtri à tempi deprimere la ſincerità del viuer ciuile, la religione dell'anima, & la ſanità del corpo; ho deliberato di trattar di queſta vltima, & di dimoſtrar, che è abuſo, per leuarla, ſe ſi può: che quanto all'opinioni Lutherane, & al terzo, che è l'adulatione, ſon certo, che toſto qualche gentile ſpirito torrà il carico di biaſimàrle, & leuarle dal Mondo: coſi ſpero prima ch'io mora veder leuati & eſtinti queſti tre abuſi d'Italia, & lei ridotta à ſuoi primi belli, & ſanti coſtumi. Venendo dunque à quello,di che mi ho propoſto di parlare; circa la crapula, dico che è mala coſa ch'ella habbia ſpenta la vita ſobria, & sì grandemente ſottomeſſa. Che ſe ben da ogn'vno ſi sà, che la crapula procede dal vitio della gola, & la vita ſobria dalla virtù della continenza, nientedimeno è ſentita la crapula per coſa virtuoſa, & honoreuole, & la vita ſobria dishonoreuole, & da huomo auaro: & tutto procede dalla forza dell'vſo introdotta dal ſenſo, & dall'appetito; i quali hanno tanto adeſcati, & inebriati gli huomini, che laſciata la buona via, ſi ſono dati à ſeguir la peggiore;laquale gli conduce, che non ſe ne aueggono,à ſtrane, & mortaliſſime infermità,inuecchiandouiſi; che auanti che peruenghino all'età di quaranta anni, ſono decrepiti: all'oppoſito di quello che faceua la vita ſobria, che gli teneua proſperoſi nelli ottanta anchora, prima che foſſe diſcacciata da queſta mortifera crapula. O miſera & infelice Italia,non te n'auedi, che la crapula t'ammazza ogni anno tante perſone, che tante non ne potrebbono morire al tempo di grauiſſime

peſti-

pestilenza, nè di ferro, ò di fuoco in molti fatti d'arme; che fatti d'arme sono i suoi veramente dishonesti banchetti, che s'vsano, iquali sono sì grandi, & sì intolerabili, che le tauole non si possono far sì capaci, che vi sia luogo, per l'infinite viuande, che sopra vi si portano; onde bisogna metter i piatti l'vno sopra l'altro in monte: & chi potrebbe mai viuer con tai contrarij & disordini? Proueggasi per l'amor di Dio, che son certo, che alla maestà sua non sia vitio, che più dispiaccia, di questo: Discaccisi questa nuoua morte, anzi non mai più sentita pestilenza, si come è discacciato il morbo, che oue altre fiate faceua tanti danni, hor si vede, che ne fà pochissimi, anzi quasi niuno, per l'vso buono introdotto dalle buone prouisioni: che vi è rimedio anchora di discacciar questa crapula, & rimedio tale, che ogn'vno da se lo può vsare, viuendo gli huomini secondo la semplicità della natura, laquale ci insegna essere di poco contenti, tenendo il mezzo della santa continenza, & quello della diuina ragione, & accostumandosi di non mangiar se non ciò che per necessità del viuere bisogna: sapendo, che quel più è tutto infermità & morte; & che è diletto solo del gusto, ilquale passa in vn momento, ma lungamente poi dà dispiacer & nocumento al corpo: & alla fine l'ammazza insieme con l'anima. Che ho io veduto morir di questa peste in fresca etade molti miei amici di bellissimo intelletto, & di gentil natura, iquali se fossero viui, abbellirebbono il mondo, & con gran mio contento sarebbono da me goduti, si come con molto mio dolore, di loro son restato priuo. Onde per ouuiar

à tanto danno per l'auenire, ho deliberato con questo mio breue discorso far conoscere, come la crapula è abuso, & che si può leuar facilmente, & introdurre in luogo suo la vita sobria, come già vi era, & ciò voglio far per questo ancora più volontieri, perche molti giouani di bellissimo intelletto, conoscendo, ch'ella è vitio, me n'hanno astretto, perche hanno veduto i loro Padri morire in fresca etade, & vedono me in questa mia vecchia di LXXXI. anno così sano & prosperoso: onde desiderosi anchor'essi di peruenirui, (& perche la natura non ci vieta potere lunghissimamente viuere, & perche è in fatti quella etade nellaquale più si può esercitar la prudenza, & con minor contrasto, goder i frutti delle altre virtù, perche all'hora si lascia il senso, & in suo luogo si dà l'huomo in tutto alla ragione:) mi hanno pregato ch'io sia contento dir loro il modo ch'io ho tenuto, per poterui peruenire: & io vedendogli pieni di così honesto desiderio, per giouar & à loro, & à quelli altri insieme, che vorranno legger questo mio discorso, ne scriuerò: dichiarando quali furono le cause, che m astrinsero à lasciar la crapula, & accettar la vita sobria: & narrando tutto il modo, ch'io tenni in ciò fare, & dicendo quello, che poi tal buono vso operò in me; onde si conoscerà chiaramente, quanto sia facil cosa à leuar l'abuso della crapula: soggiungerò al fine quanti vtili & beni si traggono dalla vita sobria. Dico adunque, che l'infermità di mala sorte, che in me haueuano non solo dato grandissimi principij, ma fatto anchora non piccolo processo, furono cagione ch'io lasciassi la crapu-

la,

la, alla quale io era molto dato; ſi che per cagion di lei, & della mia mala compleſsione, che lo ſtomaco mio è freddiſsimo, & humidiſsimo, era caduto in diuerſe ſorti di infermità, cioè dolore di ſtomaco, & ſpeſſo di fianco, & principio di gotte; & peggio, con vna febricina quaſi continoua, ma ſopra tutto lo ſtomaco molto diſconcio con vna ſete perpetua: della quale mala, anzi peſsima diſpoſitione, niente altro mi reſtaua da poter di me ſperare, eccetto che finire per morte i trauagli & noie della mia vita, tanto lontana dal fine per natura, quanto vicina per diſordinata ragion di viuere. Onde ritrouandomi io in così mali termini nel tempo della mia etade: che fu da i XXXV. inſino à XL. anni, eſſendoſi fatta ogni ſperienza per riſanarmi, & niuna coſa giouandomi, à me diſſero i Medici, che a'miei mali non era ſe non vna ſola medicina, quando io mi voleſsi riſoluere di vſarla & continuarla patientemente. Queſta era la vita ſobria, & ordinata, laqual mi ſoggiunſero, che riteneua grandiſsima virtù & forza, ſi come anchora grandiſsima virtù & forza haueua l'altra, che è in tutto à queſta contraria, dico la crapula, & la vita diſordinata; & che delle lor forze ne poteua io eſſer chiaro: ſi perche per i diſordini io era fatto infermo, anchor che non foſſe ridotto à tali termini, che la vita ordinata, laqual opera al contrario della diſordinata, non me ne poteſsi del tutto liberare. ſi anchora perche ſi vede in fatto, che tal vita, & ordine conſerua gli huomini di cattiua compleſsione, & di età decrepita ſani, mentre l'oſſeruano, ſi come la ſua contraria ha forza d'amalare vno di

per-

perfetta complesſione, & nella ſua più freſca & forte etade, & ritenerlo per lunghiſsimo ſpatio di tempo in tale ſtato; & ciò per la ragion naturale, laqual vuole, che da contrarie forme di viuere, vengano à produrſi cõtrarie operationi: imitando in queſta anchora l'arte i progreſsi della Natura; & potendo eſſa arte corregger i vitij & mancamenti naturali; ilche ſi vede chiaramente nell'agricoltura, & altre coſe ſomiglianti: aggiungendomi loro, che s'io all'hora non vſaua tal medicina, che fra pochi meſi ella non mi potria più giouare; & che in pochi altri me ne morirei: Io, alquale mi diſpiaceua aſſai il morire in così freſca etade, & che mi ritrouaua tormentato dal male continuamente, hauendo vdite queſte belle, & naturali ragioni, reſtai perſuaſo, che dall'ordine, & dal diſordine doueuano per neceſsità naſcer'i ſopradetti contrarij effetti, & inanimato dalla ſperanza, deliberai, per non morire, & vſcir de tormenti, di darmi al viuer regolatamente. Onde informato da loro del modo ch'io doueua tenere, inteſi ch'io non haueua nè à mangiare, nè à bere ſe non de i cibi, & del vino che ſi chiamano d'amalato; & dell'vno, & dell'altro in poca quantità. Queſto, per dir il vero, mi haueuano commeſſo anchora per innanzi, ma in quel tempo io, che voleua viuer'à mio modo, ritrouandomi, come dir ſatio di tai cibi, non reſtaua di contentarmi, & mangiaua delle coſe, che mi piaceuano; ſimilmente ſentendomi come arſo per il male, non reſtaua di beuer vini, che mi guſtauano, & in gran quantità; & di ciò non diceua coſa alcuna à Medici, ſi come fan tutti gl'infermi. Ma

poi

poi ch'io hebbi deliberato di eſſer continente, & ragioneuole, vedendo, che non era difficil coſa, anzi era debito proprio dell'huomo, mi poſi di tal maniera à queſta ſorte di viuere, che mai in coſa alcuna non diſordinai; ilche facendo, in pochi dì cominciai à conoſcer, che tal vita mi giouaua aſſai; & ſeguendola, in meno d'vn'anno fui (& parrà forſe incredibile ad alcuno) riſanato di ogni mia infermità. Fatto adunque ſano, mi poſi à conſiderare la virtù dell'ordine, & dire fra me medeſimo, che ſe l'ordine haueua hauuto forza di vincere tanti mali, quanti erano ſtati i miei, hauerebbe maggiormente forza di conſeruarmi nella ſanità, & di aiutar la mia mala compleſſione, & di confortare il molto mio debile ſtomaco. Però mi poſi diligentiſſimamente à volere conoſcere i cibi, che foſſero à mio propoſito, & prima deliberai di farne ſperienza, ſe quelli che al guſto piaceuano, mi giouaſſero, ò pur mi foſſero di nocumento, per conoſcere, ſe quel prouerbio, che io haueua già tenuto per vero, & che veriſſimo vniuerſalmente ſi crede che ſia, anzi è il fondamento di tutti i ſenſuali, che ſeguono i loro appetiti, era in fatto vero, che dice, che quello che sà buono, nutriſce & gioua. Ilche facendo, ritrouai ch'era falſo; perche à me il vin bruſco & freddiſſimo ſapeua buono, & così i Meloni, & gl'altri frutti: le Inſalate crude, i Peſci, la carne di Porco, le Torte, le Mineſtre di legumi, i Mangiari di paſta, & ſimili altre viuande, che mi dilettauano ſommamente, & pur tutte mi noceuano: così hauendo conoſciuto, che tal prouerbio era falſo, per falſo l'hebbi. Onde fondato

dato ſopra la eſperienza, laſciai la qualità di tali cibi, & di tali vini, & il ber freddo, & eleſsi vino appropriato allo ſtomaco mio, beuendone quella quantità, che conoſceua, che con facilità poteua ſmaltire. Il ſimile feci de i cibi, così nella loro qualità, come nella quantità anchora, auezzandomi à fare, che l'appetito mio non reſtaſſe mai ſatio di mangiare, & di bere; ma tale ſi partiſſe da tauola, che poteſſe anchora mangiare, & bere: ſeguendo in ciò quel detto, che dice, che il non ſatiarſi di cibi è vno ſtudio di ſanità: & così leuandomi per queſte cagioni dalla crapula, & diſordini, mi diedi alla vita ſobria & regolata, la quale operò in me prima quello, ch' io ho detto di ſopra, cioè, che in men d'vn'anno fui liberato da tutti i mali, che haueuano fatto così gran principio in me, anzi come ho detto, tanto progreſſo, che erano fatti quaſi incurabili. Operò ancora queſt'altro buon'effetto, che poi non mi ammalai più come ſoleua ogni anno mentre io ſeguitai l'altro modo di viuere, ch'era ſecondo il ſenſo, che io non mi ammalaſsi di febre molto ſtrana, laqual mi conduſſe alcune volte inſino à morte. Da queſto adunque anchora mi liberai, & ne diuenni ſaniſsimo, come ſempre da quel tempo inſino à queſt'hora ſono ſtato, & non per altra cagione, ſe non perche non hò mancato mai dell'ordine: ilquale hà operato con la ſua infinita virtù, che il cibo, che ho ſempre mangiato, & il vino, che ho beuuto, eſſendo tali quali ſi conuengono alla mia compleſsione, & in quantità quanto ſi conuiene, come hanno laſciata la lor virtù al corpo, ſe ne ſono vſciti ſenza difficoltà, non hauendo

prima

prima generato in me alcun cattiuo humore. Ond'io ſeguendo tal modo, ſono ſtato ſempre, & mi ritrouo hora, come ho già detto (Dio gratia) ſaniſſimo: vero è, che oltra li due ſopradetti ordini, ch' io ho ſempre tenuti nel mangiare & nel bere, che ſono importantiſſimi, cioè di non mangiare ſe non quanto digeriſce il mio ſto. maco con facilità, & ſe non di coſe, che ſono à mio propoſito: anchora io mi ſono guardato dal patire & freddo, & caldo, & dalla ſouerchia fatica, & di non impedir i miei ſonni ordinarij, e dall'eeceſsiuo coito, e da non ſtantiare in mal aere, & da non patire dal vento, nè dal Sole, che queſti anchora ſono gran diſordini. Auenga che da loro non ſia molta difficoltà guardarſi, potendo più ne l'huomo ragioneuole il deſiderio della vita & della ſanità, che la contentezza di far quello, che ſommamente gli nuoce. Mi ſono ancho guardato quanto ho potuto da quelli, da i quali non ci potiamo così facilmente riparare: queſti ſono la malinconia, & l'odio, & l'altre perturbationi dell'animo, i quali par c' habbino grandiſsimo potere ne' corpi noſtri: Non mi ſono però potuto guardar tanto nè dall'vna, nè dall'altra ſorte di queſti diſordini, ch' io non ſia incorſo alcune volte in molti di loro, per non dir hora in tutti; ilche mi hà giouato in queſto, hò conoſciuto con la eſperienza, che non hanno per il vero molta forza, nè poſſono far molto danno à i corpi regolati, da i due ordini ſopradetti della bocca; tal che poſſo dir con verità, che chi oſſerua quei due principali, può poco patire dalli altri diſordini; laqual fede però, prima di me fece Galeno, che fù così

gran Medico; ilquale afferma, che tutti gl'altri disordini poco gli nuoceuano, perche si guardaua da quelli due della bocca; & però che per cagione delli altri mali mai non hebbe male, se non per vn giorno solo; & così è veramente, come dice; & io ne posso render viuo testimonio, & molti altri anchora, che mi conoscono, & sanno come molte fiate ho patito & freddo & caldo, & fatti pure delli altri simili disordini, & mi hanno similmente veduto (per diuersi accidenti, che in più volte mi sono occorsi) trauagliato dell'animo; nientedimeno, sanno che poco mi han nocciuto, come anchora sanno, che à molti che non erano di vita sobria & regolata, han nocciuto assai, fra i quali fu vn mio Fratello, & altri di casa mia, i quali fidandosi nella loro buona complessione, non la faceuano; il che fu loro di grauissimi danni cagione; perche in loro hebbero grandissima forza gli accidenti dell'animo; & tanto fu il dolore, & la maninconia, che si posero, hauendo veduto, che mi erano state mosse alcune liti di somma importanza da huomini potenti & grandi; che dubitando eglino, ch'io non le perdessi, furono presi dall'humor malinconico, del quale sempre i corpi di vita non regolata, sono pieni; & questo si alterò di maniera, & tanto crebbe, che gli fece morire innanzi tempo; & io non hebbi male alcuno, perche in me tale humore non era di souerchio, anzi facendomi animo da me medesimo, mi sforzaua di credere, che Iddio per farmi conoscere & forte, & valoroso, m'hauesse fatto muouere queste liti; & che io le vincerei con mio vtile & honore, si come auenne: perche

alla

alla fine ne riportai la vittoria, con molta mia gloria & vtilità; perilche sentij nell'animo consolatione grandissima, laquale però non hebbe alcun potere di nuocermi; così si vede, che nè malinconia, nè altro affetto possono far nocumento à i corpi di vita ordinata & sobria: Ma più dirò, che i medesimi mali non hanno poter di fare à tai corpi se non poco male, nè dar loro se non poco dolore; & che questo sia la verità, io ne ho fatta l'esperienza nella mia età di settanta anni: che mi occorse, come suole auenire, essendo in Cocchio, & andando in fretta, che per caso fortuito il Cocchio si riuersò, & riuersato, fu tirato da i Caualli vn buon tratto di mano prima, che si potessino fermare: Onde io essendoui dentro per li sinistri & percosse riceuute, mi trouai offeso molto il capo, & tutto il resto del corpo, & di più sinistrato d'vna gamba & d'vn braccio: condotto à casa, i miei mandorno subito per li Medici; i quali venuti, & vedendomi così battuto & mal conditionato, & in tale età, conchiusero, che per questa disgratia io morirei fra tre giorni, pure, che mi si poteuano far due rimedij, l'vno era trarmi il sangue, l'altro darmi vna Medicina per euacuarmi; & ouuiare, che gli humori non potessero tanto alterarsi, quali pensauano, che d'hora in hora fossero per mettersi in vn'estremo moto, & causarmi vna grandissima febre. Io all'incontro, che sapeua, che la vita mia ordinata, tenuta da me già tanti anni, haueua così bene vniti, adequati, & disposti i miei humori, che non potrebbero per questo mettersi in tanto moto, non volsi essere salassato, nè pigliar altra medicina, solo

mi feci drizzare la gamba & il braccio,& mi lasciai vngere di certi loro ogli, che diceano esser'à proposito. Così senza vsare altra sorte di remedio, come io m' haueua pensato, me ne guarij, non hauendo hauuto altro male, nè alcuna alteratione, cosa, che parue alli Medici miraculosa. Onde si deue conchiudere, che chi tiene vita regolata & sobria,& non disordina del viuere,poco male può hauere per gli altri disordini, & casi fortuiti. Ma ben concludo, masime per la esperienza fatta da me nuouamente, che quelli del viuere sono disordini mortali, & già quattro anni passati me ne certificai, che fui indutto dal consiglio de' Medici, & da i ricordi delli amici, & da i conforti de i miei medesimi, à farne vno, troppo più in vero importante di quello, che come poi si vidde, si conueniua; & questo fu l'accrescere la quantità del cibo ch' io mangiaua ordinariamente, ilquale crescimento mi ridusse in vna infermità mortalissima; la qual cosa, perche viene à proposito in questo luogo, & potrebbe giouare ad alcuno, sono contento di narrare. Dico adunque, che i miei più cari parenti, & amici, i quali molto mi amano, & mi hanno caro,mosi da bello, & buono amore, vedendo ch' io mangiaua assai poco, mi dissero insieme con i Medici,che quel cibo,ch' io prendeua, non poteua esser bastante à sostentar vna età vecchia, & cadente, come era la mia, alla quale faceua bisogno hormai', non solo conseruare, ma di accrescere anchora forza, & vigore. Ilche non si potendo fare se non col cibo, però che era al tutto necessario, che io mangiasi vn poco più copiosamente. Io dall'altra parte ad-

te adduceua in mezzo le mie ragioni, cioè, che la Natura si contenta di poco, & che con questo poco io mi haueua conseruato tanti anni; & che à me questo vso mi era conuertito in natura;& che era cosa più ragioneuole, crescendo gl'anni, & mancando la prosperità, ch'io andassi scemando, non che accrescendo la quantità del cibo: poi, che anchora la virtù dello stomaco di ragione si andaua facendo ogn'hora più impotente; onde io non vedeua ragione alcuna, che mi douesse indurre à tale accrescimento: & per fortificare le mie ragioni, allegaua que'due prouerbij naturali, & verissimi: l'vno è, che chi vuol mangiare assai, bisogna, che mangi poco; che questo si dice non per altra cagione, se non perche il poco mangiare fa viuere assai; & viuendo assai, si viene à mangiar molto. L'altro, che gioua più quel cibo,che si resta di mangiare quando si ha ben mangiato, che non gioua quello, che già si ha mangiato: ma nè questi prouerbij,nè ragione alcuna,ch'io dicessi loro,mi giouò, che più arditamente ogn'hor mi molestauano; onde io per non parer ostinato; e più Medico di essi Medici, & sopra tutto per compiacere à i miei, che questo molto desiderauano, giudicando essi, che tale augumento hauesse à conseruare la virtù, contentai di accrescere il cibo, ma in due oncie sole più. Che si come prima, tra pane, vn rosso d'ouo, carne, & minestra, mangiaua tanto, che in tutto pesasse oncie dodici alla sotile, così poi lo crescei à oncie quattordici; & si come prima beueua oncie quattordici di vino, così poi crescei alle sedici. Questo accrescimento, & questo disordine, in

capo

capo di dieci dì cominciò in me talmente ad operare, che venni di allegro, ch'io era, malinconico, & colerico; ſi che ogni coſa mi daua faſtidio; & era ſempre di ſtrana voglia, che non ſapeua nè che mi fare, nè che mi dire: In capo poi di dodici dì, mi aſſalì vna grandiſſima doglia di fianco, laqual mi durò XXII. hore, & mi ſopragiunſe vna febre terribile, che mi durò XXXV. dì, & altretante notti, ſenza mai laſciarmi: anchor che paſſati li XV. ſi faceſſe per dir' il vero ſempre minore; ma con tutto ciò non potei in queſto tempo dormire pur mezzo quarto d'hora: onde da tutti fui giudicato per morto: pure io me ne liberai (Dio gratia) col mio ordine ſolo, benche foſsi nell'età di LXXVIII. anni, & nella più fredda ſtagione di tutto l'anno, che fù freddiſsimo, & d'vn corpo tanto macilente, quanto ſia poſſibile; & ſono certiſsimo, che altro non mi liberò dalla morte, ſe non il grande ordine tenuto da me già tanti anni: nelli quali mai non hebbi male, ſe non alcuna poca diſpoſitione di vno, ouero due dì: perche l'ordine, ch'io dico di tanti anni, non haueua laſciato generar in me humori ſouerchi, & maligni; nè generati, inuecchiarſi in tal triſtitia, & malignità, ſi come auiene ne i corpi vecchi di quelli, che viuono ſenza regola: però non ſi ritrouando nelli miei humori, alcuna vecchia malignitade, che è quella, che ammazza gli huomini, ma ſolamente quella nuoua, introdotta per il nuouo diſordine, non hebbe forza il male, anchor che grauiſsimo, di ammazzarmi. Queſto & non altro fu cagione della mia vita: onde ſi puo conoſcere quanta è la forza, & la

virtù

virtù dell'ordine, & quanta è quella del disordine, che in si pochi dì mi causò vna così terribile infermità, si come la vita sobria, & ordinata mi haueua tenuto tanti anni sano. Et parmi vna gran ragione, che se il mondo si conserua con ordine, & la vita nostra non è altro quanto al corpo, che armonia & ordine di quattro Elementi, che con l'ordine medesimo debba conseruarsi, & mantenersi questa nostra vita, & pel contrario guastarsi per malatia, ò per morte corrompersi, operando in contrario. L'ordine insegna le discipline più facilmente, l'ordine rende l'essercito vittorioso; & finalmente l'ordine mantiene la Città, le Famiglie, & i Regni istessi. La onde mi risoluo, che altro non sia il viuer' ordinato, che certissima ragione & fondamento di viuer sano & lungamente: tal che bisogna dire, che la sia la sola & vera medicina; & chi ben considera, bisogna, che conchiuda, che così è. Però quando il Medico và à visitare l'ammalato, ricorda questa per prima medicina; & commette, che viua con ordine: così quando piglia licenza; perche l'infermo sia risanato, gli commette, che volendo star sano, tenga vita ordinata. Et non è dubbio, che se colui tenesse tal vita, non si potrebbe più ammalare, perche lei leua tutte le cause del male; & così non harebbe più bisogno nè di Medici, nè di medicine; anzi ponendo mente à ciò che si deue, si farebbe Medico da per sè, & perfettissimo, che in vero l'huomo non può esser Medico perfetto d'altri, fuor che di se solo; & la cagione è questa, perche può ben ciascuno con diuerse sperienze conoscere la complessione perfettamente, &

le sue

le ſue proprietà più occulte, & qual vino, & qual cibo faccia per il ſuo ſtomaco. Non ſi può già tai coſe conoſcere veramente d'vn'altro, che à gran fatica ſi poſſono in ſe, & per ſe medeſimi conoſcere, che vi biſogna del tempo aſſai à conoſcerle, & farne diuerſe ſperienze; & tali ſperienze ſono più che neceſſarie, perche più diuerſità di nature & di ſtomachi ſi ritrouano ne gl'huomini, che non ſono diuerſe l'effigie loro. Et chi crederebbe, che il vino vecchio, paſſato che ha l'anno, noceſſe al mio ſtomaco, & li giouaſſe il nuouo; & che il pepe, che è reputato ſpetie calida, non faccia in me operatione calda, ſi che più ſi ſenta dal Cinnamomo riſcaldato & confortato? Qual Medico m'hauerebbe auertito di queſte due mie proprietà occulte, ſe io con la lunga oſſeruanza, à pena le ho potute auertire, & ritrouare? Però non può alcuno eſſere perfetto Medico d'vn'altro. Non hauendo adunque l'huomo miglior Medico di ſe ſteſſo, nè miglior medicina della vita ordinata, queſta ſi debbe abbracciare. Non nego però, che nella cognitione, & curatione delle malatie, nelle quali cadeno ſpeſſo quelli, che non tengono vita ordinata, che non ci faccia biſogno del Medico, & quello non douiamo hauer caro: che ſe gran conforto ti rende vn'amico, che ſemplicemente ti viene à viſitare nell'infermità, ſenza far altro, che dolerſi del tuo male, & confortarti à ſperar bene; quanto maggiormente ti deue eſſer cariſsimo il Medico, che è vn'amico, che viene à vederti per cagion di giouarti, & che ti promette la ſalute? Ma nel conſeruarſi ſano, crederò, che ſi debba abbracciare per

Medico questa vita regolata: laquale, come si vede, è medicina naturale, & propria nostra; perche conserua l'huomo, ancor che sia di mala complessione, sano, & lo fa viuere prosperoso insino alli cento & più anni, & non lo lascia finire con male, nè con alteratione d'humori, ma per pura resolutione del suo humido radicale, che è ridotto al fine; ilche tutto anco hanno affermato molti sapienti poter fare l'Oro potabile, & lo Elisir, da molti ricercato, da pochi trouato. Ma diciamo pur'il vero, gl'huomini per il più sono molto sensuali, & incontinenti, & vorrebbono satiare i loro appetiti, & far sempre infiniti disordini. Onde vedendo, che non possono fuggire, che la crapula ogni tratto non gli tratti di mala maniera, in sua scusa dicono, che meglio è viuer dieci anni meno, & contentarsi; & non considerano di che importanza sieno all'huomo dieci anni più di vita, & di vita sana, & nella età matura, che è quella età che fa cognoscere gli huomini per quello, che sono, & sanno, & vagliono, in ogni sorte di virtù: laqual non può hauer perfettione, se non in tal'etade: che per non dire hora di molte altre, dirò solo delle lettere, & delle scienze, nelle quali la maggior parte de i belli, & più celebrati libri, che habbiamo, sono stati da i loro Autori composti in questa età, & nelli dieci anni, che questi van dicendo di non apprezzare per sodisfare à i loro appetiti. Come si sia, non ho io voluto far così, anzi ho voluto viuere questi dieci anni; & se così non hauessi fatto, non hauerei scritti i trattati, che per esser viuo, & sano, da dieci anni in qua hò pur scritti, & sò

che gioueranno. Oltre à ciò i ſopradetti ſenſuali dicono, che la vita ordinata è vita, che non ſi può fare: à queſto ſi riſponde: Galeno, che fu sì gran Medico, la fece, & la eleſſe per la miglior medicina: la fece Platone, Marco Tullio, Iſocrate, & tanti altri grandi huomini delli tempi paſſati: i quali per non tediare alcuno, non nominerò; & alla noſtra etade habbiamo veduto Papa Paolo Farneſe, farla, & il Cardinal Bembo; & però viuere sì lungamente; & li noſtri due Duchi Lando, & Donato: molti altri di più baſſa conditione, & di quei, che habitano non ſolo le Città, ma il Contado anchora, che in ogni luogo ſi ritroua, à chi pur gioua di ſeguitarla. Adunque hauendola già fatta, & tuttauia facendola molti, non è vita, che non poteſſe eſſere fatta da ciaſcuno, tanto più quanto non vi ſi ricercano gran coſe da fare; anzi non è altro, che vn cominciar à farla, come afferma il ſopradetto Cicerone, & tutti quelli, che la fanno. Et perche Platone, ſe bene egli viſſe regolatamente, dice però, che vn' huomo di Republica non può così fare, biſognando à queſto tale patire & caldo & freddo, & fatiche di diuerſe ſorti; & altre coſe, che ſono tutte fuori della vita ordinata, & ſono diſordini: riſpondo, che come di ſopra ho detto, queſti non ſono delli diſordini, che importano, & che infermino, & faccino morir gl' huomini, quando colui, che gli fà, faccia vita ſobria, & non diſordini nelli due della bocca, delli quali l' huomo di Republica ſi può molto ben guardare; anzi è neceſſario, che ſe ne guardi; perche così facendo, può eſſere ſicuro, ouero di non incorrere in quei mali, ne i

quali

quali facil coſa ſarebbe, che cadeſſe, facendo di quei diſordini, che è aſtretto à fare; ouero pur incorrendoui, facilmente, & più preſto liberarſene. Mi ſi potrebbe qui dire, come dicono alcuni, che chi fà vita regolata, hauendo ſempre, eſſendo ſano, mangiato cibi da ammalato, & in poca quantità, non ha poi di che ſouuenirſi nelle infermità. A queſto io direi prima, che la natura, che deſidera di conſeruare l'huomo più lungo tempo, che può, ci inſegna come ci debbiamo gouernare nelle infermità; perche leua di ſubito alli infermi l'appetito, acchioche non mangino ſe non poco; perche eſſa di poco (come è già detto) ſi contenta. Et però lo ammalato, ſia ſtato inſino à quell'hora ò di vita ordinata, ò diſordinata, non biſogna che mangi ſe non delli cibi, che ſono à propoſito della ſua infermità; & di queſti anchora in aſſai men quantità di quello, che era ſolito di fare, mentre che era ſano, perche ſe mangiaſſe in tanta quanta ſoleua, ſe ne morirebbe; ſe in più, tanto più toſto, che ritrouandoſi all'hora la natura aggrauata dal male, la viene ad aggrauare anchor più, dandole maggior quantità di cibo di quello, che per all'hora può ſopportare; & queſto crederei, che foſſe per ſouuenire l'infermo à baſtanza. Ma oltre à ciò, ſi può riſponder ad alcuni & meglio, che chi è di vita regolata, non ſi può ammalare, anzi rade volte, & per sì poco tempo ſi ritroua indiſpoſto, perche col viuere regolatamente, leua tutte le cauſe del male; & leuate le cauſe, viene à leuar l'effetto: ſi che chi ſeguita l'ordine di viuere, non ha da dubitare di male, non hauendo da dubitare dell'effetto,

chi è ſicuro dalla cauſa. Eſſendo così adunque, che la vita ordinata è tanto vtile, & tanto virtuoſa, & così bella, & così ſanta, deue da ogni vno eſſere ſeguita, & abbracciata, & tanto più, che non è contraria al viuere d'alcuna ſorte d'huomini, & è facile da fare, che qui non s'obbliga alcuno, che facendola mangi sì poco come fo io, ò che non mangi frutti, peſci, & l'altre coſe, che non mangio io, ch'io mangio poco, perche quel tanto è à baſtanza al mio piccolo & debile ſtomaco; & i frutti, & i peſci, & gl'altri sì fatti cibi mi nuocono, onde io gli laſcio. Quelli à chi giouano, ne poſſono, anzi ne debbono mangiare, che à loro tali coſe non ſono vietate. Ben'& à loro, & à ciaſcun'altro è vietato il mangiare tanta quantità di qual ſi voglia cibo, che ſia à loro propoſito, quanta non poſſa eſſer digerita dal ſuo ſtomaco con facilità, & così del beuere; però à chi niuna coſa nuoceſſe, queſto tale non ſaria ſottopoſto ſe non alla regola della quantità, non à quella della qualità de'cibi, che ſarebbe coſa faciliſsima à fare: nè voglio, che alcuno mi dica qui, che ſi trouano di quelli, che diſordinatiſsimamente viuendo, peruengono ſani, & gagliardi à quelli vltimi termini della vita, à' quali giungono gli huomini più ſobrij; imperoche queſta ragione, ſendo fondata ſopra vna coſa incerta, pericoloſa, & che rariſsime volte auiene, & che venendo ci par più toſto miracoloſa, che naturale, non ci deue perſuadere à viuer diſordinati per queſto, ſendo che à queſti tali troppo fu liberale la natura; il che pochiſsimi debbono ſperare di conſeguire. Ma chi non vuole hauere queſte oſſeruationi, confidandoſi

dosi nella sua giouentù, ouero nella sua sorte, complessione, & perfetto stomaco, perde assai, & ogni giorno è sottoposto al male, & alla morte; però dico, che è più sicuro di viuere vn vecchio, ancor che di trista complessione, che tenghi vita regolata & sobria, che non è vn giouane di perfetta, che viua disordinatamente. Non è dubbio però, che chi è di buona natura, si può conseruare con l'ordine più anni, che non può vno di trista; & che Iddio, & la natura possono operare, si che vn'huomo nasca di così perfetta complessione, che possa viuere sano, senza tanta regola di vita, & molti anni; & morire poi vecchissimo, & per pura resolutione, come in Venetia è auuenuto al Procuratore Thomaso Contarini; & in Padoua al Caualier Antonio Capo di Vacca. Ma di simili in cento mila, che nascono, non se ne ritroua vno. Che volendo gl'altri viuer lungamente sani, & morir senza noia & fastidio, per resolutione, bisogna, che viuano regolatamente; che così non altrimenti possono goder de i frutti di tal vita, i quali sono quasi infiniti; & ciascuno di loro infinitamente da apprezzare. Perche si come ella tiene gl'humori purgati, & benigni nel corpo, così non lascia ascendere fumi dallo stomaco al capo: tal che il ceruello di colui, che viue à questo modo, è sempre bẽ purgato, & stà sempre bene in ceruello: onde egli poi da queste basse & vili, ascende all'alte & belle considerationi delle cose diuine, con estremo suo sollazzo & contento; perche così considera, conosce, & intende quello, che non hauerebbe nè considerato, nè conosciuto, nè inteso giamai; cioè quanta sia la sua potenza, sapien-

ſapienza, & bontade. Diſcende poi alla natura & la conoſce per figliuola di eſſo Dio: & vede & tocca con mano quello, che nè in altra età, nè con men purgato ceruello harebbe mai veduto ò toccato. Diſcerne all'hora veramente la bruttezza del vitio, nel quale cade colui, che non sà raffrenare le perturbationi humane, & i tre importuni deſiderij, che paiono nati tutti e tre inſieme con noi, per tenerci ſempre moleſtati, & inquietati. Queſti ſono il deſiderio della concupiſcenza, de gl' honori, & della robba, i quali ſogliono creſcer ne i vecchi, che non ſono di vita regolata; perche quando paſſorno per l'età virile, non laſciorno nè il ſenſo, nè l'appetito, come doueuano; pigliando in luogo di quelli la continenza & la ragione; uirtù, che non furono laſciate da quello della vita ordinata, quando vi paſsò. Ilquale conoſcendo tal paſſioni & tali deſiderij eſſere fuori di ragione, eſſendoſi dato del tutto a lei, ſi deliberò da quelli, & da gl'altri vitij inſieme; & in luogo loro, ſi accoſtò alle virtù, & alle buone opere; & con queſto mezzo di reo huomo, che era, ſi fece di buona & honeſta vita: onde poi quando ſi vede ridotto per la lunga età alla reſolutione, & al fine, ſapendo che già per ſingolar beneficio di Dio, laſciò il vitio, ſi che dopo non è ſtato maluagio huomo ſperando pur per i meriti di Gieſù Chriſto noſtro Redentore, morir in ſua gratia, non ſi attriſta della morte: ſapendo, che dee morire, maſſimamente quando carco d'honore, & ſatio di vita, ſi vede giunto à quella etade, alla quale, di molte migliara d'huomini, che naſcano, viuendo altrimenti, à pena

vno gionge. E tanto maggiormente non si attrista; quanto che quella non li sopragionge impetuosamente alla sprouista con acerba & noiosa alteratione d'humori, di dolori, & di febre, ma con somma quiete & benignità, perche in lui tal fine non si causa se non per io mancamento dell'humido radicale, ilquale à guisa di lucerna se ne và mancando à poco à poco: onde egli passa dolcemente senza male, da questa vita terrena & mortalè, alla celestiale & eterna. O santa & veramente felice vita ordinata, & che per santa & felice da gli huomini dei esser tenuta, si come l'altra, che à te è tanto contraria, è rea, & infelice, come apertamente dalli effetti dell'vna, & dell'altra si può vedere: anchor che dalla voce sola, & dal tuo bel nome, si douerebbono gli huomini conoscere, che pur bel nome, & bella voce è à dir vita ordinata, & sobrietà, come all'incōtro brutta cosa è à dir vita disordinata, & crapula; anzi tra questi vocabuli par quella differenza istessa che è tra il dir Angiolo, & Diauolo. Ma sin qui sieno dette le cause per le quali mi leuai dalla crapula, & diedi del tutto alla vita sobria, & il modo, che tėni in ciò fare, & quello che me n'auenne: & finalmente i commodi & beni, che ella porta à chi la segue. Hor perche alcuni huomini sensuali, & non ragioneuoli dicono, che non è bene viuer lungamente; & che come passa l'età di sessantacinque anni, non si può chiamar vita viua, ma vita morta; perche molto s'ingannano, come dimostrerò (essendo il desiderio mio, che tutti cerchino di peruenire alla mia età, perche godino ancora essi della più bella, che si possa

viue-

viuere) Voglio in questo luogo narrare quali sieno hora i miei passa tempi, & il gusto ch' io prendo in questa mia etade della vita; per far viua fede ad ogn'vno di quello, che medesimamente faranno tutti quelli, che mi conoscono, cioè, che la vita, che hora io viuo, è vita viuissima & non morta: & tale, che da molti è tenuta felice, per questa felicità, che si può hauere in questo mondo. Et questa fede faranno prima perche vedono, & non senza grandissima loro ammiratione, la mia prosperità, & come monto da me à Cauallo senza vantaggio alcuno, & come ascendo non vna scala sola, ma tutto vn colle à piè gagliardamente; poi come io sono allegro, piaceuole, & contento, & libero dalle perturbationi dell'animo, & da ogni noioso pensiero. In vece de' quali stantiano nel mio cuore sempre gioia & pace, si che indi mai non si dipartono. Oltre à ciò, sanno, come passo il mio tempo, si che non mi rincresce la vita, perche io non habbia da passarla à tutte l'hore con mio sommo diletto, & piacere, che mi ritrouo hauer ben spesso commodità di ragionar con molti honorati Gentilhuomini, & grandi d' intelletto, & di costumi, & di lettere, & eccellenti in alcun'altra virtù. Et quando la loro conuersatione mi manca, mi dò à leggere alcun bel libro; quando ho letto à bastanza, scriuo; cercando in questo, & in ciascuno altro modo, ch' io posso, giouare altrui, quanto le mie forze me lo concedono; & tutte queste cose io fo con mia grandissima commodità, & alli lor tempi, & nelle mie stanze; lequali, oltre che sono nella più bella parte di questa nobile, & dotta

Città

Città di Padoua, ſono anchora veramente belle, & lodeuoli, & di quelle, che più non ſono ſtate fatte alla noſtra etade, con vna parte delle quali mi difendo dal gran caldo; con l'altra dal gran freddo; perche io l'ho fabricate con ragion d'Architettura, laqual ci inſegna come s'habbia ciò à fare: & godo oltre à ciò inſieme con queſte, li miei diuerſi giardini, con l'acque correnti, che loro corrono à canto, ne i quali trouo ſempre da far qualche coſa, che mi diletta. Ho anchora oltre à queſto vn'altro modo di ſolazzarmi, che io vò l'Aprile, & Maggio, & così il Settembre, & l'Ottobre, per alquanti giorni à godere vn mio colle, che è in queſti monti Euganei, & nel più bel ſito di quelli, che ha le ſue fontane & giardini, & ſopra tutto commoda & bella ſtanza, nel quale luogo mi truouo anchora alcune fiate à qualche caccia conueniente alla mia etade, commoda & piaceuole. Godo poi altrettanti giorni la mia Villa di piano, laquale è belliſſima, ſi perche è piena di belle ſtrade, lequali concorrono tutte in vna bella piazza, in mezzo allaquale è la ſua Chieſa ſecondo la conditione del luogo, honorata aſſai, ſi anchora perche è diuiſa da vna larga; & corrente parte dello fiume Brenta: dall'vna & dall'altra parte del quale vi è gran ſpatio di Paeſe, tutto di Campi fertili, & ben cultiuati; & ſi ritroua hora, Dio gratia, molto bene habitata, che prima non era così, anzi tutto il contrario: perche era paludoſa, & di mal aere, & ſtanza più preſto da biſcie, che da huomini. Ma hauendole io leuate l'acque, l'aere ſi fece buono, & le genti vi vennero ad habitare, & l'anime

 comin-

cominciorno à moltiplicare assai, & si ridusse il luogo alla perfettione, che si vede hoggidì, à tale ch'io posso dire con verità, che ho dato in questo luogo à Dio, altare, & tempio, & anime per adorarlo, cose tutte che mi danno infinito piacere, solazzo, & contento ogn' hor che le ritorno à vedere & goderle. A questi medesimi tempi vò anchora ogn'anno à riuedere alcuna di queste Città circonuicine; & godendo li miei amici, che in esse si ritrouano, piglio piacere, essendo & ragionando con essi, & per lor mezzo con gl'altri, che vi sono, huomini di bell'intelletto: con Architetti, Pittori, Scultori, Musici, & Agricoltori, che di questi huomini per certo questa nostra etade è copiosa assai. Veggio le opere loro fatte nuouamente, riueggio le fatte per l'adietro, & sempre imparo cose, che mi è grato il saperle. Vedo i Palazzi, i Giardini, le Anticaglie, & con queste le Piazze, le Chiese, le Fortezze, non lasciando à dietro cosa, onde si possa prendere piacere, & imparare. Ma sopra tutto godo nel viaggio andando & ritornando, oue considero la bellezza de siti, & de Paesi per i quali vò passando. Altri in piano, altri in colle, vicini à fiumi, ò fontane, con molte belle habitationi & giardini d'intorno: nè questi miei solazzi & piaceri mi sono men dolci & cari, perche io non veda ben lume, ò non oda ciò, che mi vien detto facilmente, ò perche altro mio senso non sia perfetto, che sono tutti (Dio gratia) perfettissimi: & spetialmente il gusto, che più gusto hora quel semplice cibo, ch'io mangio, ouunque io mi troui, che non faceua già quelli tanto delicati, al tempo della

mia

mia vita diſordinata. Nè il mutar letto mi dà noia alcuna, ch'io dormo in ogni luogo beniſsimo & quietamente, ſenza ſentir diſturbo di coſa alcuna, ſi che nel ſonno i ſogni mi ſieno belli & piaceuoli. Et con grande mio piacere & contento veggio riuſcir l'impreſa, tanto importante à queſto ſtato, di ridurre dico, tanti luoghi inculti à cultura, quanti ce ne ſono, & già da eſſo principiata, per mio ricordo. Laqual coſa io non penſaua di veder in vita mia: ſapendo io che l'impreſe di grande importanza, ſono tardi principiate dalle Repub. pur io l'hò veduta, & fui ancora in perſona con gli Eletti à queſto vfficio, due meſi continui nel tempo del maggior caldo della State, in queſti luoghi paludoſi, nè mai ſentij noia alcuna, nè per fatica, ò per altro incommodo ch'io m'haueſsi: tanto di potere hà la vita ordinata, laquale in ogni luogo ſempre mi accompagna. Oltre à ciò, ſono in viua & certa ſperanza, di vedere principiata & finita vn'altra non meno importante impreſa, che è pur quella della conſeruatione del noſtro Eſtuario, ouer Laguna, eſtrema & marauiglioſa fortezza della mia cara patria. Laquale conſeruatione (& ſia detto queſto non per compiacer à me ſteſſo, ma alla ſola & pura verità) è ſtata da me ricordata & con viua voce, & con le vigilie de i miei ſcritti, più volte à queſta Republica. Allaquale, ſi come ſono per natura tenuto di tutto quello, onde commodo & beneficio le poſſo apportare, così eſtremamente deſidero ogni ſua lunga felicità, & conſeruatione. Queſti ſono i veri & importanti miei ſolazzi. Queſte ſono le ricreationi &

diporti della mia vecchiezza: quale di tanto è più da apprezzare dell'altrui giouentù, ò vecchiezza, quanto ch'ella ſanata per Dio gratia, delle perturbationi dell'animo, & infermità del corpo, non proua alcuno di quei contrarij, i quali miſeramente tormentano infiniti giouani, & altretanti languidi vecchi, & del tutto diſpoſſenti. Et ſe alle coſe grandi & importanti è lecito comparar le minori, ò per dir meglio, quelle che ſi ſogliono riputar da ſcherzo, dirò ancho tal eſſere il frutto di queſta vita ſobria, in me: che in queſta età mia d'anni LXXXIII. hò potuto comporre vna piaceuoliſſima Comedia, tutta piena di honeſti riſi, & piaceuoli motti. Laqual maniera di Poema, ordinariamente ſuol eſſere frutto & parto dell'età giouanile: ſi come la Tragedia ſuol'eſſer effetto della vecchiezza: eſſendo quella così per la ſua vaghezza & giocondità, portionata alla giouentù, come queſta per la ſua malinconia alla vecchiezza. Ora, ſe fu lodato quel buon vecchio, Greco di natione, & Poeta, per hauere nell'età di LXXIII. anni, ſcritto vna Tragedia; & perciò riputato ſano & gagliardo, con tutto che la Tragedia ſia Poema meſto & malinconico; perche debbo eſſere tenuto io men fortunato, & ſano di lui, hauendo in età d'anni X. più di lui, compoſto vna Comedia, laqual'è compoſitione allegra & piaceuole, come ciaſcuno sà? Certamente, ſe io non ſono iniquo giudice di me ſteſſo, credere voglio, che io ſia hora & più ſano, & più giocondo, che non fu egli con X. anni manco ſopra la ſua vita. Et perche

niu-

niuna consolatione manchi alla copia de gli anni miei, per render l'età mia meno rincresceuole, ò più scarsi i miei contenti, veggio con questo quasi vna spetie d'immortalità nella succeßione de i miei posteri. Perche ritrouo poi, come ritorno à casa, non vno, ò due, ma XI. miei Nipoti, il maggior de'quali è di XVIII. anni, il minore di due: tutti figliuoli d'vn Padre, & Madre, tutti sanißimi: & per quanto hora si può vedere, molto atti, & dediti alle lettere, & alli buoni costumi; de'quali alcuno delli minori, sempre godo come vno mio Buffoncello; & veramente, che i putti dall'età di tre anni insino à quella de i cinque, sono naturali Buffoni; gli altri di maggior età, tengo à vn certo modo miei compagni; & perche hanno dalla natura perfette voci, gli godo anchora, vdendoli & cantare & sonare con diuersi instrumenti; anzi io medesimo canto, perche ho miglior voce, & più chiara, & più sonora, ch'io haueßi giamai. Questi sono i solazzi della mia etade. Onde si vede, che la vita, ch'io viuo, è vita viua & non morta, come dicono quelli, che poco sanno, à'quali acciò sia chiaro quanto io stimi gl'altrui modi di viuere, dico che in verità, io non cambierei la mia vita, nè la mia etade con alcun giouine di quelli, che viuendo seguono i lor appetiti, anchor che fosse di buonißima compleßione; sapendo io, che questo tale è sottoposto ogni giorno, anzi ogn'hora à mille sorti (come io ho detto) d'infirmitadi, & di morte; che questo si vede in fatto sì chiaramente, che non ha bisogno di proua alcuna: che mi ricordo anch'io molto bene, di quello,

che

che faceua quand'io era tale: sò quanto quella età ſuole eſſere inconſiderata, & quanto i giouani aiutati dal calor intrinſeco, ſieno animoſi, & confidenti di ſe medeſimi nelle loro operationi, & ſperino bene d'ogni coſa, sì per la poca eſperienza che hanno delle coſe paſſate, come per la caparra, che par loro hauere in mano di viuer aſſai per l'auenire. Onde ſi eſpongono audacemente ad ogni ſorte di pericolo; & ſcacciata la ragione, & dato in mano il gouerno di ſe ſteſsi alla concupiſcenza, cercano di ſodisfare ad ogni loro appetito, non vedendo i miſeri, che procacciano quello, che non vorrebbono hauere, cioè l'infermitadi, come ho detto più volte, & la morte. De i quali due mali, l'vno è graue, & moleſta coſa à ſoffrire, l'altro del tutto inſopportabile & ſpauentoſo: inſopportabile à ciaſcuno, che ſi ſia dato in preda al ſenſo, & i giouani ſpetialmente, a'quali par con troppo lor danno morire innanzi tempo; ſpauentoſo à quelli che penſano à gl'errori de quali è piena queſta noſtra vita mortale, & della vendetta, che ſuole pigliare la giuſtitia di Dio, nella eterna pena, de i Peccatori. All'incontro io in queſta mia età (Dio ſempre gratia) mi ritrouo libero dall'vno, & l'altro di queſti trauagli: dall'vno, perche io ſon certo & ſicuro, che non poſſo ammalarmi, hauendo leuate le cagioni del male con la mia ſanta medicina; dall'altro, che è quello della morte, perche dall'vſo hormai di tanti anni, ho imparato à dar luogo alla ragione: onde non ſolo mi pare brutta coſa temer quello, che non ſi può fuggire, ma ſpero anchora quando ch'io ſia giunto à quel paſſo, di ſentire anch'io

alcu-

alcuna consolatione della gratia di Giesù Christo. Oltre che se bene io sò, che debbo come gl'altri giongere al fine, questo fine però è anchora da me tanto lontano, ch'io nol posso discernere, perch'io sò di non morire, se non per pura resolutione, hauendo già con la regolata forma del viuere mio serrate alla morte tutte le altre vie, & impediti i passi à gli humori del mio corpo, di non farmi altra guerra, che quella, che mi fanno gli Elementi venuti insieme alla mia generatione. Che io non sono sì sciocco, ch'io non conosca essendo generato, che mi conuien morire. Ma bella & desiderabil morte è quella, che ci dà la natura per via di resolutione. Si perche la natura hauendo ella fatto il legame della vita, troua più facilmente la via di sciogl ierlo, & indugia più tardi, che non fa la violentia delle infermità: questa è quella morte, che senza fare il Poeta, si può chiamare, morte non già vita: che non può esser altrimenti. Questa non viene, se non dopò lo spatio d'vna lunghissima età, & per forza d'vna grandissima debolezza; perche à poco à poco, & con gran tempo, si riducono gli huomini in termine, che non possono più caminare, & à pena ragionare, diuentando & ciechi, & sordi, & curui, & pieni d'ogni altro male; anchor io (per Dio gratia) posso essere certo di essere molto lontano da tal fine; anzi hò à credere, che l'anima mia, che ha così buona stanza nel mio corpo, non vi ritrouando altro, che pace, amore, & concordia, non solo tra i suoi humori ma anchora tra il senso, & la ragione, gode, & se ne stà contentissima. Si che ragioneuol cosa è, che

vi bi-

vi biſogni gran tempo, & forza d'anni à farnela vſcire Onde è per certo da concludere, ch' io debba viuere molti anni, ſano & proſperoſo, godendo queſto bel mondo, che è bello à chi ſe lo sà far bello, come ho ſaputo fare io; & ſperando di poter far il ſimile per gratia di Dio nell'altro anchora, & tutto per il mezzo della virtù, & della ſanta vita regolata, allaquale mi poſi, facendomi amico della ragione, & nimico del ſenſo, & dell'appetito, coſa che facilmente può far ogni vno, che voglia viuere, come ad huomo ſi conuiene. Ora ſe queſta vita ſobria è così felice, ſe il ſuo nome è così vago & diletteuole, la ſua poſſeſſione così ferma & certa, altro vfficio non mi reſta, eccetto che pregare (poi che con oratoria perſuaſione non poſſo conſeguire il deſiderio mio) ciaſcun' huomo d'animo gentile & di rational diſcorſo dotato, ad abbracciare queſto ricchiſſimo theſoro della vita. Ilquale ſi come auanza tutte le altre ricchezze & beni di queſto mondo (apportandoci la vita lunga & ſana) così merita da tutti eſſere amato, ricercato, & conſeruato ſempre. Queſta è quella diuina ſobrietà, grata à Dio, amica alla Natura, figliuola della Ragione, ſorella delle Virtù, compagna del viuere temperato, modeſta, gentile, di poco contenta, regolata, & diſtinta nelle ſue operationi. Da lei, come da radice, naſce la vita, la ſanità, l'allegria, l'induſtria, i ſtudij, & tutte quelle attioni, che ſono degne d'ogni animo ben creato & compoſto. A lei fauoriſcono le leggi diuine & humane. Da lei fuggono, come tante nebbie dal Sole, le repletioni, i diſordini, le crapule, i ſouerchi humori,

mori, le distemperie, le febri, i dolori, & i pericoli della morte. La sua bellezza alletta ogni animo nobile. La sua sicurezza promette à tutti gratiosa & dureuole conseruatione. La sua facilità inuita ciascuno con poco disturbo, all'acquisto delle sue vittorie. Et finalmente ella promette d'esser grata & benigna custoditrice della vita, tanto del ricco quanto del pouero, tanto del maschio quanto della femina, tanto del vecchio quanto del giouane: Come quella che al ricco insegna la modestia, al pouero la parsimonia, all' huomo la continenza, alla Donna la pudicitia, al vecchio la difesa della Morte, al giouane la speranza del viuere, più ferma & sicura. La sobrietà fa i sensi purgati, il corpo leggiero, l' intelletto viuace, l'animo allegro, la memoria tenace, i mouimenti spediti, le attioni pronte & disposte. Per lei, l'anima quasi sgrauata del suo terrestre peso, proua gran parte della sua libertà: i Spirti si muouono dolcemente per le arterie: corre il sangue per le vene: il calore temperato & soaue, fa soaui & temperati effetti: & finalmente queste potenze nostre, seruano con bellissimo ordine, vna gioconda & grata harmonia. O santissima & innocentissima Sobrietà, vnico refrigerio della Natura, madre benigna della vita humana: vera medicina così dell'animo, come del corpo nostro, quanto debbono gli huomini laudarti, & ringratiarti de i tuoi cortesi doni? Poscia che tu doni loro la via di conseruare quel bene, la vita dico & la sanità, di cui non piacque à Dio, che il maggiore si prouasse per noi in questo mondo, essendo la vita & l'essere,

coſa tanto naturalmente da ciaſcun viuente apprezzata, & volontieri cuſtodita. Ma perche io non intendo hora formare vn Panegirico di queſta rara & eccellente Sobrietà, farò fine, per eſſere anchora ſobrio in queſta parte: non già perche di lei non ſi poſſano dire infinite coſe, appreſſo le raccontate, ma affine di rimettere à più commoda occaſione il rimanente delle ſue lodi.



COM-

COMPENDIO DELLA VITA SOBRIA

DEL MEDESIMO.



HAVENDO così, com'io desideraua, il mio Trattato della vita sobria cominciato à giouare à quelli, che sono nati di trista complessione, poi che questi ogni tratto per ogni picciolo disordine che fanno, per cagione della loro debil complessione, si sentono così indisposti, che peggio non potriano sentirsi, che ciò veramente non auuiene à quelli, che sono nati di buona: & però quelli di trista per viuere sani, hauendo veduto il sopradetto Trattato, alcuni sono posti à tale vita; certificati per la esperientia quanto essa gioui. Et così vorrei giouare à quelli che son nati di buona: perche fondandosi sopra quella, viuono in vita disordinata; onde come peruengono alla età delli LX. anni, ò là intorno, si fanno difettosi di diuersi mali, & dolori: chi di gotte, chi di fianco, chi di stomaco, & altri simili mali, ne'quali non entrarebbono se si ponessero alla vita sobria: & si come muoiono di quelli prima che peruengano alla età delli LXXX. anni; viuerebbono insino alli cento, termine conceduto da Dio, e dalla nostra madre Natura à noi suoi figliuoli. Et è da

credere, ch'essa vorrebbe, che ogn'vno aggiongesse à tale termine, accioche tutti godessero di ogni Età. Ma perche il nascer nostro, è sottoposto alle reuolutioni de i Cieli, essi in questo nostro nascere hanno grande forza, massime nelle buone, e triste complessioni, che à questo essa Natura non può prouedere;che potendo prouedere, gli farebbe nascere tutti di buona. Ma spera che nascendo l'huomo con l'intelletto & ragione, esso da se possa con arte supplire à quello, che i Cieli gli hanno leuato, & con l'arte della vita sobria sappiano liberarsi dalla trista complessione, e viuere lungamente, e sempre sani: perche non è dubbio, che l'huomo con l'arte non possa in parte liberarsi dalla inclinatione de'Cieli; essendo opinione commune, che i Cieli inclinano, ma che non sforzano: onde li Sapienti dissero; Che l'huomo sauio domina le stelle. Io nacqui molto colerico, tal che non si poteua praticare meco; & me n'auiddi, & conobbi che vn colerico era pazzo à tempo, quel tempo, dico, nelquale era dominato dalla colera; perche non haueua ragione in se, nè intelletto, e mi deliberai di liberarmi con ragione da tale colera; si che hora se ben son nato colerico, non però vso tal'atto, se non in parte: e quello che è nato di trista complesione, può similmente con il mezzo della ragione, & vita sobria, viuere sano,& lungamente,come ho fatto io,che nacqui di tristissima: tal che era cosa impossibile,che potessi viuere oltre all'età delli XXXX. anni, & mi trouo in quella delli LXXXVI. sano,& prosperoso: e se non fosse che nelle mie lunghe, & estreme infermità, che

tante

tante n'hebbi nella giouentù quando li Medici mi abbandonarono, che per quello à me fu leuato gran parte dell' humido radicale, ilquale non si può più reacquistare, spererei di giungere al termine sopradetto. Ma conosco per ragione, che sarà cosa impossibile; & à questo, come io poi dimostrarò, non vi penso: basta assai à me, habbia viuuto X L V I. anni di più di quello, che doueua; & che in questa così lunga età tutti li miei sentimenti siano nella loro perfettione, & insino li denti, la voce, la memoria, & il cuore: ma sopra tutto il ceruello è più in essere, che fosse giamai; nè per lo multiplicare delli anni non perdono; e questo procede perche anchora io cresco dell'ordine della vita sobria, che si come gli anni multiplicano, così io scemo la quantità del cibo nel mangiare: & questo scemare è necessario, nè si può fare di meno, si come non si può viuere sempre; & appresso alla fine della vita, l'huomo si riduce à non più mangiare, ma à sorbire con difficoltà vn rosso di ouo il giorno, è à finire per risolutione senza dolori & mali, come farò io: & questo molto importa: & ciò ne auerrà à tutti quelli che teneranno vita sobria, & sia di che conditione, e grado si sia, ò grande, ò mezano, ò picciolo; perche tutti siamo prodotti di vna sola specie, & delli quattro Elementi. E perche il uiuere sano, e lungamente, debbe esser molto apprezzato dall'huomo, come poi dirò; concludo che è obligato à fare ogni opera per viuere; & non si debbe promettere di viuere lungamente senza il mezzo della vita sobria: perche habbia sẽtito dire che alcuni viueno non tenendo tal vita insino all'età delli cento an-

ni sem-

ni sempre sani, e con mangiare assai, & di ogni cibo; e beuendo di ogni vino: e però promettersi che così à loro auerrà: ma cio facendo, fanno due errori: il primo, che fra centomila non ne nasce vno tale. L'altro, che tali si amalano, & muoiono con male: nè mai sono sicuri della Morte senza male & infermità; talche la via & vita sicura del viuere si è passati almeno li X L. anni, il ponersi alla vita sobria, laquale non è difficile da tenere, hauendola tenuta tanti altri per lo passato, come si legge, & hora molti la tengono, come faccio io, e pur siamo huomini; & l' huomo essendo animale ragioneuole, fa tanto quanto vuole. Questa vita consiste se non in queste due cose, quantità, & qualità. La prima, che è la qualità, consiste solo in non mangiare cibi, nè bere vini contrarij allo suo stomaco: la quantità consiste, che non si mangi, e beui se non quanto facilmente può esser digerito da quello: Lequali quantità, & qualità debbono pur'esser conosciute dall' huomo, come è peruenuto alla età delli X X X X. anni, ò L. ò L X. e quello che tiene tali due ordini, viue in vita ordinata, e sobria; laquale ha tanta virtù, e forza che gli huomini di quel corpo si fanno perfettissimi, concordi, & adunati: liquali così fatti buoni, non possono esser posti in moto, nè in alteratione per ogn'vno delli altri disordini che si faccia, come è per patir freddo, e caldo, e souerchia fatica, vigilie, & altri, se non sono estremissimi. Non potendosi adunque, in corpo che tiene li due ordini della bocca, mettersi li suoi humori in alteratione, e causar febre, dallaquale proceda la morte auanti tempo,

po,

po, dunque è obligato ogni huomo à tenerli, sendo cosa certa, che chi non li tiene sì per tali disordini, come per li tanti altri che sono infiniti; & per ogni vno di quelli, è sempre in pericolo di male, & di morte; perche viue in vita disordinata, e non sobria. E ben vero, che anchora quelli che tengono le due bella bocca, che è vita sobria, per ogni vno delli altri disordini, facendoli, si risente per vno, ò due giorni, ma non già di febre, e così anchora si risente per la reuolutione delli Cieli; ma nè Cieli, nè tali disordini possono metter in alteratione gli humori di chi tiene vita sobria, & è cosa ragioneuole, e naturale, perche li due disordini della bocca sono interiori, e gli altri sono esteriori; Ma perche sono alcuni attempati molto sensuali, che dicono, che nè quantità, nè qualità di cibi, nè vini gli nuoceno, e così mangiano assai, e d'ogni cosa, e beueno, perche non sanno in che parte del suo corpo sia lo suo stomaco: per certo sono pur fuor di modo sensuali, & amici della gola: A questi si risponde, che quello che dicono non può esser in natura, perche bisogna, che chi nasce, nasca con complessione ò calida, ò frigida, ò temperata; & che li cibi calidi giouino alli calidi, & li frigidi al frigido, e li distemperati al temperato, è cosa impossibile in natura: quali sopradetti molto sensuali, pur non possono dire, che non si amalano qualche volta, e che poi si liberano con lo tenersi vacuati con medicine, e con vna stretta dieta: Onde si vede, che il male loro procede per repletione di assai cibo, e di cibi contrarij al suo stomaco. Sono altri pur attempati, che dicono, che è loro

necessa-

necessario il mangiare assai, & il bere, per potere sostentare il suo calor naturale, che si và scemando, per lo moltiplicare de gli anni; & che sono astretti à mangiare assai, & cibi che piacciano alli loro gusti, ò frigidi, ò calidi, ò temperati; & che se viuessero in vita sobria, che tosto morirebbono. Si risponde, che la nostra madre natura, perche lo suo vecchio possa conseruarsi, ha proueduto, che con poco cibo possa viuere come viuo io; perche il molto non può esser digerito dal stomaco del vecchio, & impotente: nè può costui dubitare di morire per cagione del puoco mangiare, se con il pochissimo, quando è amalato si libera, che pochissimo è quello della dieta, con laquale si risana; e se con pochissimo si risana, e ritorna in vita, come può dubitare, che con mangiare vna quantità maggiore; che maggior quantità è quella della vita sobria, non si possa tenere in vita, sendo sano? Altri dicono, che è men male à patire tre, ò quattro volte all'Anno delli loro soliti mali, ò di gotte, ò di fianchi, ò altri mali; che patire poi tutto l'Anno per non contentare il suo appetito nel mangiare tutto quello, che più gusta al suo gusto; sendo certi, che con la medicina della pura dieta si possono liberare da quelli. Si risponde, che moltiplicando gli Anni, e scemandosi per quelli il calore naturale, che la dieta non può hauere sempre tanta virtù, quanto ha forza il disordine della repletione: tal che sono astretti à morire da questi suoi mali; perche quelli abbreuiano la vita, si come la sanità la conserua. Altri dicono, che è meglio viuere dieci anni meno, che lasciar di contentare

tare il ſuo appetito. A queſti ſi riſponde, che'l viuere lungamente ſi debbe molto apprezzare da gli huomini di bell' intelletto: ma de gli altri è poco danno ſe non è apprezzato, perche queſti fanno brutto il Mondo, & è ſe non bene, che morano. Ma è male, che quelli di bell' intelletto morano: perche ſe vno è Cardinale, à forza paſſati gli LXXX. anni, e Papa; ſe è di Republica, Duce; ſe è di lettere, è tenuto come vn Dio in terra; e così tutti gli altri nelle loro profeſſioni. Altri poi ſono, che come vengono alla Età; benche naturalmente lo ſtomaco loro ſi faccia men potente al digerire, non vogliono perciò ſcemare il cibo, anzi accreſcerlo, e perche mangiando due volte al giorno, non poſſono digerire tanta quantità, ſi deliberano di mangiare vna ſol volta, accioche l'interuallo lungo da vno paſto all'altro ſia quello che operi, che tanto cibo poſſano mangiare in vna volta di quello, che mangiauano in due: & così mangiano tanta quantità, che lo ſtomaco caricato di tanto cibo, viene à patire, e farſi triſto, e conuertire quel cibo ſouerchio in triſti humori; e queſti amazzano l'huomo auanti tempo. Io non viddi giamai vno che ſi poneſſe à tal vita, che viueſſe lungamente: e queſti pur viuerebbono, ſe come à loro moltiplicano gli anni, ſcemaſſero la quantità del cibo, & mangiaſſero più volte al giorno; ma poco alla volta; perche lo ſtomaco vecchio non può digerire gran quantità, ma poca; & il vecchio ritorna nel mangiare, come fanciullo, che mãgia molte volte al giorno. Altri dicono, che la vita ſobria ben può conſeruare l'huomo in ſanità, ma che non può prolungarli la vita: Si

F riſpon-

risponde, che si è veduto per il tempo passato chi se l'ha prolungata; & hora si vede, che la prolungo io. Non si può già dire, che essa la possa abbreuiare, si come l'abbreuia l'infermità; che non è dubbio, ch'essa non l'abbreuij. Però è men male viuere sano sempre, che molte volte amalato, per conseruarsi l'humore radicale. Onde con ragione si può concludere, che la santa vita sobria sia vera madre della sanità, e vita lunga. O sacrosanta vita sobria tanto gioueuole à gli huomini, giouandoli tanto come gli gioui, che tanto li fai viuere, che si fanno sì ragioneuoli per la lunga Età, che con la ragione si liberano da gl'amari frutti del senso, nemico della ragione, che è propria dell'huomo; i quali amari frutti sono le passioni, e le perturbationi: & oltra lo liberi anchora dall'horrendo pensiero della morte. O quanto io tuo buon discepolo à te son tenuto, perche per te godo questo bel Mondo, che veremente è bello à chi se lo sà far bello con il tuo mezzo, come ho saputo farmelo io: nè in altra età quando era giouane, e tutto sensuale, e che viueua in vita disordinata, mai potei farmelo sì bello, se ben per godere ogni età, non sparmiai à spesa, nè ad altro: ma trouai che tutti i piaceri di quelle etadi, haueuano i suoi contrarij: talche non conobbi mai, che il Mondo fosse bello, se non in questa etade. O veramente felice vita, che oltre le tante sopradette gratie, che concedi al tuo vecchio, gli riduci il suo stomaco in tanta bontà, e perfettione, che gusta più il puro pane, di quello che già gustaua nella giouentù i più delicati cibi: & questo operi, perche sei ragioneuole, sapendo,

pendo, che il pane è il più proprio cibo dell' huomo, quando è accompagnato con voglia di mangiare; e nella vita sobria ha esso sempre questa naturale compagnia, perche mangiandosi sempre poco, il stomaco che ha poco carico, ha sempre fra poco termine voglia di mangiare; e per questo il puro pane tanto si gusta: & io lo prouo per esperientia, e dico che tanto lo gusto, che dubiterei di errare nel vitio della gola, se non fosse, che sò che è necessario di mangiarne, & che non si può mangiare cibo più naturale. E tu madre Natura, che sei tanto amoreuole al tuo vecchio per conseruarlo oltra, gli hai proueduto, che con poco cibo possa conseruarsi; & per darli maggior fauore in questo, e più giouarli: gli dimostri, che si come nella sua giouentù mangiaua due volte il giorno, che nella sua vecchiezza debba quel cibo delle due, diuiderlo in quattro: perche così diuiso, sarà più facilmente digerito dallo stomaco suo; e si come giouane gustaua due sole volte al dì, che in vecchiezza ne gusti quattro, pur che vadi scemando la quantità, si come moltiplicano gli anni: & così osseruo io, si come mi dimostri, e però li miei spiriti, che non sono oppressi dal molto cibo, ma solamente sustentati; sono sempre allegri, e la virtù sua si dimostra maggiore dopo il cibo: onde sono astretto dopo il mangiare à cantare, e poi à scriuere; nè mai il scriuere dopoi il mangiare à me nuoce, nè l' intelletto mio mai è più buono di quello che è all' hora, nè à me dopo il mangiare vien sonno, perche il poco cibo non può mandare dallo stomaco alla testa fumi. O quanto è gioueuole al vecchio il poco man-

giare; & io che lo conoſco, mangio ſe non tanto quanto à me baſta per viuere; & i miei cibi ſono queſti. Prima il pane, la panatella, ò brodetto con ouo, ò altre ſimili buone mineſtrine: di carne, mangio carne di Vitello, Capretto, e di Caſtrato: mangio polli di ogni ſorte, mangio Pernici, & vccelli, come è il Tordo: mangio anchora delli Peſci, come è fra li ſalſi, la Orata, e ſimili, e fra li dolci, il Luccio, e ſimili: queſti ſono cibi tutti appropriati al vecchio, & debbe pur contentarſi di queſti, e non volerne d'altri, ſendo tanti. E quel vecchio, che per pouertà non può hauere di quelli, può conſeruarſi con il pane, panatella, & ouo: & in vero non può mancare al Pouero, ſe eſſo non è mendico, e come ſi ſuol dire, furfante; e di queſti non ſi debbe penſare, perche ſono peruenuti à queſto per la ſua dapocaggine, e ſtanno meglio morti che viui, perche abruttano il Mondo. Ma ſe ben' il Pouero mangia ſe non pane, panatella, & ouo, non biſogna che mangi ſe non la quantità, che può digerire; e quello che oſſerua la quantità, & la qualità, non può morire ſe non per pura reſolutione ſenza male: O quanta differenza ſi vede dalla vita ordinata alla diſordinata; l'vna fa viuere ſani, e lungamente: l'altra fa viuere con infermità, e morire auanti tempo: Onde ſi vede, che la diſordinata, è infelice. O infelice, e miſerabil vita, nemica mia, che non ſai far altro che amazzare quelli, che ti ſeguitano: quanti miei cariſſimi parenti, & amici mi hai amazzati, perche à me non hanno creduto per cauſa tua, che li goderei hora: ma non hai potuto

amaz-

amazzar me, che volontieri l'haueresti fatto: & al tuo dispetto son viuo, & son peruenuto à tanta lunga Età, godo vndici miei Nepoti, i quali sono tutti di bello intelletto, e di gentil natura, atti alle lettere, & alli buoni costumi, e tutti di bella vita, e forma, che hauendo seguito te, non li goderei: nè queste mie belle & commode stantie, fabricate da me con tanti appartati giardini, che à redurli alla loro perfettione, vi ha bisognato gran tempo: e tu amazzi chi ti segue, prima che le sue fabriche, e giardini siano finiti: & io li godo già tanti anni à tua confusione. Ma perche tu sei Vitio tanto pestifero, che ammorbi, & aueleni tutto il mondo; & io volendo, con ogni mio potere, da te in parte liberarlo: ho deliberato di operare in modo contro di te, che vndici miei Nipoti, dopo me, siano quelli, liquali ti facciano conoscere per quella trista, e vitiosa che sei, nimica mortale di tutti gli huomini, che nascono: per certo molto mi admiro, che gli huomini di bell'intelletto, che pur ne sono, i quali sono peruenuti in alto grado ò di lettere, ò d'altro, non si pongano à tale vita almeno quando sono peruenuti alla Età delli cinquanta ò sessanta anni, all'hora che cominciano à risentirsi di qualchuno de' mali sopradetti: che facilmente si delibererebbono, si come tal male inuecchiato, è fatto incurabile: & non mi marauiglio delli gioueni, perche quella Età è dominata dal senso, e la sua vita è dominata da quello; ma per certo passati li cinquanta anni, l'età debbe esser dominata in tutto dalla Ragione:

 che

che fa conoſcere, che'l contentare il ſuo guſto, & appetito, è infermità, e morte: Et ſe quel piacere del guſto foſſe lungo, ſi potrebbe ſopportare; ma à pena non è principiato, che è finito: e le infermità, che procedono da quello, ſono lunghiſſime. Ma certo è vna grande contentezza dell'huomo di vita ſobria, che come ha mangiato, è ſicuro che quel cibo lo tenirà ſano, e che non potrà giamai per quello hauer male.

Hor ho voluto dare queſta aggiunta al mio Trattato di poche parole, ma con altre ragioni; perche la lunga lettura è da pochi veduta, e la breue da molti; & io deſidero che molti la veggano, per giouare à molti.

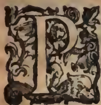


AMO-

AMOREVOLE ESSORTATIONE

DEL MEDESIMO.

Nellaquale con vere ragioni persuade ogn'vno à seguir la vita ordinata & sobria, affine di peruenire alla lunga etade, nellaquale l'huomo può godere tutte le gratie, & beni, che Iddio per sua bontà à mortali si degna concedere.



ER non mancar del debito alquale ogni viuente è tenuto; & per non perdere ad vn tratto il diletto, che io prendo di giouare, ho voluto scriuere & far sapere à quelli che non sanno, perche non mi pratticano, quello che sanno, & veggono coloro che mi pratticano. Ma perche ad alcuni pareranno certe cose impossibili, & difficili à credere, nientedimeno vere essendo, & vedendosi in fatto, non mancarò di scriuerle à beneficio d'ogniuno. Perilche io dico, essendo (per la Iddio gratia) giunto all'età di 95. anni, & ritrouandomi sano, prosperoso, allegro, & contento, io di continuo ne laudo la sua Diuina Maestà di tanta gratia fattami; vedendo poi per l'ordinario in tutti gli altri vecchi, che à pena arriuano all'età di 70. anni, che sono mal sani, con poca prosperità, malinconici, & discontenti, & di continuo stanno in vn pensiero di morte; & dubitano di

dì in dì di morire; del che sarebbe cosa impossibile à leuargli di mente tal pensiero, ilquale à me non dà noia alcuna; percioche io non posso in alcun modo pensar à tal cosa, come poi dimostrerò più chiaramente. Et oltra di questo apertamente farò veder l'asicurezza ch' io ho di viuere sino alla età di cento anni. Ma per meglio ordinare questa mia scrittura, principierò dal nascere dell'huomo, & così verrò discorrendo sin'alla morte di esso.

Dico adunque, che alcuni nascono così mal viui, che non viueno se non pochissimi giorni, ò mesi, ò anni; & la cagione di così poca vita, non si può chiaramente sapere se venga ò per difetto del padre, ò della madre nel generarli, ò per la reuolution de Cieli, ò per difetto di Natura, astretta però da essi Cieli; percioche io non potrei creder giamai, che essend'ella madre di tutti, fosse partigiana con suoi figliuoli, doue che non potendosi saper la cagione, è di necessità rimettersi à quello, che ogni giorno si vede in fatto. Altri nascono ben viui & sani, ma di trista & debile complessione, & di questi alcuni viueno sino alla età delli dieci anni, & chi delli 20. altri delli 30. & 40. anni, ma non però arriuano alla vecchiezza. Altri nascono poi con perfetta complessione, & quelli giungono alla vecchiezza, ma pur sono, per il più, vecchi mal conditionati (come di sopra ho detto) & di questa mala conditione, & indispositione essi stessi ne sono cagione; & questo perche senza ragione alcuna troppo si promettono sopra la loro perfetta complessione, & non vogliono à patto alcuno mutar modo di viuere dalla età giouenile, alla vecchiezza, come se ancor

in se

in ſe teneſſero l'iſteſſo vigor di prima: anzi diſordinatamente attendono à viuere così nella vecchiezza, come fatt'hanno in tutto il tempo della ſua giouentù, non penſando giamai di diuenir vecchi, nè meno che alla ſua compleſſione manchi vigore. Nè men penſano, che'l ſuo ſtomaco habbia perduto il ſuo calor naturale; & che per queſto biſogna hauer più conſideratione alla qualità de cibi, e vini; & così anco alla maggior quantità di eſsi, ſcemandola: ma anzi per il contrario cercano di accreſcerla, dicendo che perdendo l' huomo la proſperità per lo inuecchiare, biſogna conſeruarla con più quantità di cibi, eſſendo il mangiare quello che conſerua l' huomo in vita; & nondimeno eſſi di gran lunga s'ingannano, percioche ſi come nell' huomo và mancando il calore per l'età, così è di meſtieri ſcemar il mangiar & bere, eſſendo che la natura ſi contenta di poco per conſeruare il vecchio: anzi eſsi ſe ben lo douerebbono credere con ragione, non lo credono, ma ſeguitano la ſua ſolita diſordinata vita, laquale ſe al ſuo tempo la laſciaſſero, & ſi metteſſero alla vita ordinata & ſobria, venirebbono vecchi, come ſon'io, ben conditionati, eſſendo per gratia del grande Iddio nati di così buona & perfetta compleſſione, & viuerebbono ſino alli 120. anni, come han viuuto de gl'altri c' han tenuto vita ſobria, come in molti luoghi ſi legge, i quali di ragione erano nati di queſta così perfetta compleſsione, della quale ſe io ancora foſsi nato, punto non dubiterei di non aggiongere à quella etade. Ma perche io nacqui di triſta, dubito di non paſſare li cent'anni, & così anco ſe gl'altri,

che medeſimamente naſcono di triſta, ſi foſſero poſti alla vita ordinata, come ho fatt' io, ſarebbono proſperoſamente giunti alli cento & più anni, come aggiongerò io. E queſto eſſer ſicuro di viuere molt'anni à me pare eſſer coſa bella, & da ſtimar molto, non ſi trouando alcuno che ſia pur ſicuro di viuer vna ſol'hora, ſe non quelli, che tengono vita ſobria, ilqual fondamento & ſicurtà di viuere è fondato ſopra buone & vere ragioni naturali, che non ponno mai mancare, eſſendo coſa impoſſibile in Natura, che colui che tiene vita ordinata & ſobria, poſſa amalarſi, nè morire per morte non naturale auanti tempo, ſi come al ſuo è neceſſario che mora: Ma auanti non può morire, perche eſſa vita ſobria ha virtù di leuare tutte le cagioni che cauſano il male, & il male non può venire ſenza cauſa; laquale, leuata che ſia, è leuato il male; & leuato il male, è leuato la morte non naturale. Et non è dubbio alcuno, che la vita ordinata & ſobria non babbia virtù & forza di leuar tali cagioni, ſendo quella che opera che gli humori, i quali tengono ſano & amalato, viuo & morto l' huomo, ſi come ſono buoni & triſti, che eſſendo che di triſti che ſono, ſi fanno buoni & perfetti, percioche eſſa ha queſta virtù naturale di farli tali, che à forza ſi vniſcono, adeguano, & legano inſieme in modo che più non ſi poſſono ſeparare, ò metterſi in moto, ouer alteratione; dallequali coſe naſcono poi febri crudeli, & finalmente la morte. Ben'è vero, nè ſi può negare, che ancor che ſieno fatti buoni, non è però che' l tempo, ilquale conſuma ogni coſa, non conſumi & riſolua ancora tali humori; & che conſumati

che

che ſono, l'huomo conuien morire per morte naturale, & ſenza male, come auuenirà à me, che morirò al mio tempo quando eſſi humori ſaranno conſumati, che hora non ſono, ma anzi buoni; & non può eſſer altramente, eſſendo io così ſano, allegro, & contento, che mangio con appetito, e dormo quietamente: & di più li miei ſentimenti ſono tutti nella loro bontà, & perfettione; l'intelletto è più che mai netto & purgato; il giudicio ſaldo; la memoria tenace, il cuor grande; & la voce, che ſuol'eſſer prima ad abbaſſarſi, à me è inalzata, & fatta ſonora: la onde ſon'aſtretto à cantare le mie orationi mattina e ſera ad alta voce, ſi come già le diceua con ſummeſſa e baſſa. Et tutti queſti ſono certi & veri inditij & ſegni, che li miei humori ſono buoni, & che non ſi poſſono conſumare ſe non con tempo, come concludono tutti quelli che mi pratticano. Oh che vita glorioſa ſarà queſta mia, eſſendo piena di tutte le felicità, che ſi poſſono goder' in terra; & anco eſſendo (come in vero è) libera dal beſtial ſenſo, ilqual è ſcacciato dalla ragione per la lunga età; perche doue è lei, il ſenſo non vi può hauer luogo, nè meno li ſuoi amari frutti, che ſono le paſſioni, le perturbationi, & li triſti penſieri. Nè anco in me può hauer luogo il penſiero della morte, non vi eſſendo coſa alcuna ſenſuale. Nè la morte de'miei Nipoti, & altri parenti, ò d'amici mi può dar noia ſe non nel primo moto, ma ſubito è leuata: e meno mi può turbare il perdere di facultà (come han veduto molti con grande loro ammiratione.) E queſto ſolo auiene à chi vien vecchio per la via della vita ſobria, & non per quella della ſorte com-

plesſione, & anco godono felicemente la ſua vita, come fo io in continui ſolazzi, & piaceri. E chi non la goderebbe, non hauendo in tal vecchiezza contrarietade alcuna? ſi come hanno quelli delle altre etade giouenili, che ne hanno infiniti, come ſi sà, & hora più chiaro dimoſtrerò, che queſti miei non ne hanno alcuna. Il primo de'quali ſolazzi è il giouare alla ſua cara patria: oh che glorioſo ſolazzo è queſto, del quale infinitamente ne godo con dimoſtrargli il modo che vi è per conſeruar la ſua così importante laguna, & porto; ſi che non ſi poſsi atterrare ſe non paſſati migliara di anni; per la qual coſa Venetia conſeruarà il marauiglioſo & ſtupendo nome di Città Vergine, come è, non eſſendone altra al mondo: & oltra aggrandirà il grande & alto ſuo pronome di Regina del mare; queſto io godo, & non vi manco niente. Vn'altro poi ne godo, dimoſtrando ad eſſa Vergine & Regina, il modo che vi è per farla abondantiſsima di vittuarie con il ridurre campi inutili à grande vtilitade, ſi di paludi, come di campagne aride, con grande auanzo oltra la ſpeſa. E queſt'altro ſolazzo godo, che non ha contrario alcuno, ilquale è, che io dimoſtro come Venetia ſi può far più forte, ſe ben è fortiſsima, & ineſpugnabile: più bella, ſe ben è belliſsima: più ricca, ſe bene è ricchiſsima; & di miglior aere, ſe ben è di perfetto. Queſti tre ſolazzi tutti fondati ſopra il giouare, io con gra contentezza godo. E chi è colui, che à queſti poteſſe trouar contrario alcuno, non ve ne eſſendo? Godo poi queſt'altro, che hauendo perduto vna notabile quantità d'intrata, leuata à miei nipoti per mala fortuna, io con

il pen-

il pensier solo che non dorme, & non con fatica corporale, se non poca di mente, ho trouato il vero, & infallibile modo di rifar tal danno doppiamente, pel mezzo della vera & lodeuole agricoltura. Vn'altro solazzo ancor godo, che'l mio Trattato, che composi della vita Sobria per giouare, io veggo che gioua, come mi affermano alcuni à bocca, i quali dicono che gli gioua grandemente, & poi si vede in fatto: & altri con lettere dicono, che la vita loro, dopo Dio, da me dipende. Ancora vn'altro solazzo io godo, che è il scriuere di mia mano; percioche scriuo assai per giouare, si in architettura, come in agricoltura. E godo poi vn'altro, che è il ragionare con huomini di bello & alto intelletto, dalli quali ancora in questa età imparo. Oh che solazzo è questo, che in questa età non vi si pone fatica allo imparare per cosa grande, alta, & difficile ch'ella si sia. Et di più voglio dire, ancor che ad alcuni paia cosa impossibile, & che in alcun modo possa essere, che in questa età godo ad vn tratto due vite, l'vna terrena con l'effetto, & la celeste col pensiero, ilquale ha virtù di far godere, quando è fondato sopra cosa che si sia per douer godere, si come io son certo che goderò quella per la infinita bontà & misericordia del grande Iddio. Godo adunque questa terrena, mercè della vita ordinata & sobria, tanto grata à sua Maestà, per esser piena di virtù, & nimica del vitio. E godo (mercè di esso grande Iddio) la celestiale, che me la fa godere col pensiero, ilquale mi ha leuato il poter pensar'ad altro, che à questa cosa, laqual

qual tengo & affermo per più che certa: & tengo che questo nostro morire non sia morire, ma vn transito che fa l'anima da questa vita terrena ad vna celeste, immortale, & infinitamente perfetta, & non può essere altrimenti: E questo alto pensiero è tanto alzato, che non può più abbassarsi à cose mondane, e basse, come è al morir di questo corpo: ma solamente al viuer in vita celeste e diuina, onde che io vengo à godere due vite. Nè questo tanto godere ch'io so hora in questa vita à me può dar col suo finire noglia alcuna, ma si ben gioia infinita, sendo questo suo finire vn dar principio ad vn'altra vita gloriosa, celeste, & immortale. E chi è quello; che potesse hauer à noia vn tanto bene, tanto contento, & tanta gratia, come hauerò io? Laqual cosa auuenirebbe ad ogni altr'huomo, che tenesse la vita, che ho tenuta io, laquale si può tenere da ogn'vno, percioche io non son se non huomo, & non Santo, ma seruo di Dio, alquale tal vita ordinata molto piace: Et perche molti huomini si pongono alla santa e bella vita spirituale, e contemplatiua piena di orationi; Oh se questi si mettessero anchora del tutto alla vita ordinata & sobria, quanto più grati si renderiano al sommo Iddio, & anco abellirebbono il mondo; percioche tenuti in terra veri padri santi, come già erano tenuti quelli antichi, che pur tal vita sobria osseruauano, oltre alla spirituale: & similmente viuendo sino alla età di 120. anni per virtù di Dio fariano anch'essi infiniti miracoli, come essi faceuano; & di più, sempre sariano sani, contenti, & allegri, doue hora sono, per la maggior parte, mal sani, melanconici, & discon-

ſcontenti. Et perche alcuni credono queſte coſe eſſerli date per ſua ſalute dal grande Iddio, acciò facciano in queſta vita penitenza delli ſuoi errori; Io dirò, che à mio giudicio s' ingannano, percioche io non poſſo credere, che Iddio habbia à bene, che' l ſuo huomo, ilquale tanto ama, viua amalato, melanconico, & diſcontento; ma anzi ſano, allegro, & contento; perche anco in cotal modo viueuano li Santi Padri, & ſi faceuano ſempre migliori ſerui di ſua Maeſtade, facendo tanti e ſi belli miracoli, come ſi legge. Oh che bel mondo, & godeuole ſarebbe hora queſto, come all' hora, & anco molto più bello; perche hora vì ſono molte Religioni & Monaſterij, che non v'erano all'hora, nelli quali ſe foſſe tenuta la vita Sobria, vi ſi vederiano quantità di venerandi vecchi, à tal che ſeria vna merauiglia; nè per queſto mancarebbono alla vita ordinata dalle ſue Religioni, anzi la creſcerebbono; porche da ogni vna Religione è conceduto per ſuo viuere il mangiar pane, bere del vino, & oltra de gli oui alcuna volta, & delle carni ad alcuna; & oltra di queſto le mineſtre de legumi, ſalate, frutti, & torte di oui, liquali cibi molte fiate gli nuccono, & ad alcuni leuano la vita; ma perche gli ſono conceduti dalli ſuoi ordini, gli vſano, penſando forſe, che laſciandoli, fariano errore, ilche non fariano, anzi fariano gran bene, ſe paſſati li 30. anni, laſciaſſero quelli, & ſi metteſſero à viuere con pane nel vino, & con panatella di pane, & oui con pane; & queſta è la vera vita per conſeruare l' huomo di triſta compleſsione, & è vita più larga di quella che era tenuta dalli Santi Padri antichi nelli deſer-

deserti, i quali mangiauano solamente frutti saluatichi, & radici d' herbe, & beueuano acqua pura, & pur viueuano, come ho detto, lungamente, sani, allegri, & contenti. Et così fariano questi de'nostri tempi, & insieme troueriano più facile la via di salir'al Cielo, ilquale stà sempre aperto ad ogni fedel Christiano; percioche così il nostro Redentor Christo lo lasciò quando di là sù discese, venendo in terra à spargere il suo pretioso sangue per liberar noi dalla tirannica seruitù del Diauolo; & tutto questo per immensa sua bontade. Si che per concluder il mio ragionamento, dico, che essendo (come è in vero) la lunga età piena & colma di tante gratie & beni; & di più essendo io vno di quelli che li gode, non posso mancare, (non volendo mancar di carità) di render testimonianza, & far ad ogn'vno pienissima fede, che molto più godo di quello che hora scriuo; & che la cagione del mio scriuere altro non è, se non affine che vedendo vn tanto bene, ilquale prouiene da questa lunga etade, ogn'vno si disponga di osseruar questa tanto lodata vita ordinata & sobria. Per laquale di continuo me ne vò gridando viuete viuete, accioche siate migliori serui di Dio.



LET-

LETTERA SCRITTA DAL SIG. LVIGI CORNARO,

AL REVERENDISS. BARBARO, Patriarcha eletto di Aquileia.

REVERENDISSIMO SIGNORE.



ERAMENTE, che l'intelletto dell'huomo tiene alquanto del diuino: & diuina cosa fu quella, quando trouò il modo del potere, scriuendo, ragionare con vn altro lontano. Fu poi cosa in tutto diuina quella della Natura, che volse che vno così lontano potesse vedere l'altro con gli occhi del pensiero, si come io vedo voi Signor mio: Et con questa vi ragionarò cose piaceuoli; & che molto giouano: è ben vero, che sarà tal ragionamento sopra cosa altre volte ragionata, ma non in questa età di 91. anno; onde io non posso mancare, perche più che à me moltiplicano gli anni, la mia prosperità più si augumenta: effetto che fa stupire ogn'vno: Et io che sò da quale cagione procede, sono astretto à dimostrarla, & fare conoscere che si può possedere vn Paradiso terrestre dopo l'età delli 80. anni: ilquale possedo io; ma non si può possedere se non con il mezzo della santa Continenza, & della vir-

 tuosa

tuosa vita sobria, amate molto dal grand'Iddio, perche sono nemiche del senso, & amiche della ragione: hor Signore per ragionare, vi dico, che in questi giorni furono da me molti Eccellenti Dottori di quelli che leggono in questo studio, sì Medici, come Filosofi, informatissimi della mia età, & del viuer mio, & costumi: sapendo com'era pieno d'allegrezza, di sanità, & che tutti gli miei sentimenti erano in perfettione: & di più la memoria, il cuore, l'intelletto, & anco insino la voce, & denti: & oltra sapeuano, che io scriueua di mia mano otto hore al giorno Trattati per giouare al mondo, & molte altre hore passeggiaua, & altre cantaua: O Signore, quanto è fatta bella la mia voce, che se mi vdiste cantare le mie orationi, aggiuntoui il suono della lira, come faceua Dauid, vi certifico, che ne haueresti gran solazzo, tanto io canto sonoramente. Et oltra quanto haueuano detto li sopradetti, replicauano, che per certo era cosa marauigliosa il tanto mio scriuere, & sopra materie d'intelletto, e di spirito. Del che, Signore, è cosa incredibile dell'appiacere, & contento ch'io godo di questo scriuere; ma sendo il scriuer mio, per giouare, da voi Signore potete comprendere di che grandezza sia il mio solazzo. Dissero poi alla fine che io non poteua essere tenuto per vecchio essendo le mie operationi da giouane, & non come quelle delli altri vecchi, che come sono peruenuti alli ottanta anni, sono tutte da vecchissimi; & oltra chi è difettoso di gotte, chi di fianco, & chi di altro male: & per liberarsi sono soggetti à continue pirole, e fontanelle, & medicine, con simili altri impazzi, che veramente danno grande noia; & pur se vi è qualch'vno che non habbia infermi-

fermità, patisce poi nelli sentimenti, che è ò nel vedere, ò nell'vdire, ò in vno delli altri, che è non poter caminare, ò le mani gli tremano: & se ne fusse vno libero dalli sopradetti contrarij, non ha la memoria in perfettione, nè il cuore, nè l'intelletto, nè viuerebbe allegro, contento, & piaceuole, come so io. Ma che oltra tante gratie, che io ne possedeua, vna estrema era, laquale li faceua stupire, perche è in tutto fuora di natura, che io possa tenermi viuo già 50 anni con l'estremo contrario che è in me, che è mortalissimo, alquale non se li può prouedere, perche è naturale, & è proprietà occulta inserta nel mio corpo dalla Natura; & è, che ogni anno come entra Luglio insino per tutto Agosto, quelli due mesi non possa beuer vino, sia di qual sorte di vua si voglia, & così vino di qual paese si voglia; ilquale vino, oltra che à tal tempo si fa tutto contrario, & nemico del gusto mio, mi nuoce allo stomaco: tal che perdendo il mio latte, che veramente è latte del vecchio il vino; & non hauendo modo di beuere, perche le acque alterate & preparate, non possono hauere la virtù del vino; non mi giouano; la onde non hauendo che beuere, & essendo lo stomaco disconcio, non posso mangiare se non pochissimo, & questo poco mangiare, & non hauere vino, mi riduce dopò mezzo Agosto in vna estrema debolezza mortale, nè à me gioua brodo di cappone consumato, nè altro rimedio, talche per debolezza mi riduco insino alla morte, & non per altro male, se non per pura debolezza; & che essi concludeuano, che se il vino nuouo, che ho sempre preparato al principio di Settembre, tardasse, che sarebbe cagione della mia morte: ma che più,

ſtupiuano, che tale vino nuouo haueſſe virtù di ritornarmi in due ò tre giorni la proſperità leuatami dal vino vecchio, ſi come haueuano veduto in queſti giorni; coſa che non ſi crederebbe da chi non la vedeſſe. Et molti anni continui (diceuano) ſi come alcuni di noi Medici l'habbiamo veduto, & già diece anni giudicato, ch'era coſa impoſsibile, che poteſſe viuere al più vn'anno ò due, con così mortale contrario, augumentando gli anni; & pur vediamo, che queſto anno hauete hauuto meno debolezza. Queſta coſa, & tante altre gratie, che ſi ritrouano in me, gli haueuano aſtretti à conchiudere, che tante gratie ridotte in vna, era ſtata gratia ſpeciale in me, concedutami nel naſcere dalla Natura, ò da i Cieli; & per prouare queſta ſua concluſione per buona; che è falſa (perche non è fondata ſopra ragioni e fondamenti fermi, ma ſopra ſue opinioni) furono sforzati à dire di belliſsime, & alte coſe, con vna eſtrema eloquentia. Per certo Signore la eloquenza ha grande forza in huomo d'alto intelletto, & tanta che fa credere, che quello, che non è, nè poſſa eſſere, che pur ſia. Io hebbi, vdendoli, vn grande appiacere, e ſolazzo, che veramente è grande ſolazzo l'vdire vn ſimile ragionamento da ſimili. Vn'altro appiacere pieno di contento hebbi all'hora, conſiderando, che la lunga età con la eſperienza ha forza di fare vno non dotto, dotto: perche è eſſa vero fondamento delle vere ſcienze; & che io con tal mezo ſapeua che la concluſione ſua era falſa. Siche vedete Signore come gli huomini s'ingannano nelle ſue opinioni, quando non ſono fondate ſopra fondamenti reali. Et io per ſgannarli, & per giouarli,

uarli, gli risposi, che la sua conclusione era falsa, come gli farei vedere in fatto, che la gratia che è in me, non è speciale, che è generale, & ogni huomo la può godere, ma perche io sono se non semplice huomo, come sono tutti gli altri composto delli quattro elementi, & che ho oltra l'essere, e viuere; il senso, l'intelletto & la ragione; & con l'intelletto e ragione nasce ogni huomo; perche il grande Iddio hà voluto, che'l suo huomo, che tanto ama, habbia questi beni, e gratie di più delli animali, che hanno se non il senso, acciò che esso huomo possa con tali beni, & gratie conseruarsi sano lungamente; tal che la gratia è vniuersale conceduta da Dio, & non dalla Natura, ò da i Cieli; ma l'huomo mentre che è giouine, perche è più sensuale, che ragioneuole, seguita il senso; & essendo poi peruenuto alla età di quaranta ò cinquanta anni, debbe pur sapere che all'hora è giunto alla metà della sua vita con fauore della giouentù, & dello stomaco giouine, fauori naturali, che gli hanno dato fauore al montare; ma che è per dismontare verso la morte con disfauore della vecchiezza; & che la vecchiezza è contraria alla giouentù, si come è contrario il disordine, dell'ordine: la onde è necessario di mutare vita nel suo mangiare, e bere, dalli quali dipende il viuere sano & lungamente, & essendo stata vita sensuale, e senza ordine la prima, che la seconda sia ragioneuole con ordine; perche senza ordine niuna cosa si può conseruare; & meno delle altre la vita dell'huomo, si come si vede in fatto che il disordine nuoce, & l'ordine gioua; & è cosa impossibile in natura, che colui che vuole contentare il gusto, & l'appetito,

non

non faccia disordine; & io per non fare disordine (peruenuto alla età matura) mi posi alla vita ordinata, e sobria; vero è, che al leuarmi dalla non sobria hebbi difficoltà; & per leuar la prima, pregai Dio, che mi concedesse la sua virtù della continenza, sapendo che il prego mio sarebbe esaudito; poi sapendo, che quando vn' huomo vuol fare vna bella impresa, che sà, che la può fare, ma con difficoltà, pur la può facilitare, deliberandosi ostinatamente di volerla fare, & la fa; così mi deliberai io; onde mi posi à poco à poco à leuarmi della vita disordinata; & così à poco à poco à mettermi alla ordinata; & con tali modi mi posi alla vita sobria: talche dapoi à me non è stata di noglia, se bene fui astretto à tenere tal vita strettissima alla qualità e quantità delli cibi e vini, sendo io, come sono, di tristissima complessione; ma gli altri che sono di buona, possono mangiare di molte altre sorti e qualità di cibi, e in maggior quantità, e cosi beuere vini: la onde se ben la sua sarà vita sobria, non però ella sarà vita stretta come la mia, ma larga. Et vdite le mie ragioni da quelli, & veduti li fondamenti, tutti conchiusero, che quanto io haueua detto, tanto era; ma vno, il più giouine, disse, che concedeua, che la gratia fosse vniuersale; ma che io almeno haueua hauuto questa gratia speciale di poter facilmente leuarmi da vna vita, & ponermi all'altra; cosa che esso trouaua per esperienza fattibile, ma difficilissima à lui, si come à me è stata facile. Io gli risposi, ch'essendo huomo come lui, che anchora è stata à me difficile; ma che ad vn' huomo non è cosa honesta, il lasciare vna impresa bella, che può fare, e lasciarla per difficoltà, perche più che ha difficoltà, più

acqui-

acquista honore,& fa cosa più grata à Dio;perche esso desidera,che si come ha instituita la vita all' huomo di molti anni,che ogn'vno li peruenghi:sapendo che come l'huomo passa l'età delli 80. anni, che è liberato in tutto dalli amari frutti del senso,& pieno di quelli della santa ragione: talche à forza li vitij,e li peccati si lasciano;e però esso Dio desidera,che lungamente si viua: & ha ordinato, che colui che viue al suo termine naturale sopradetto, che finisca la sua vita senza male per resolutione, che è vn fine naturale, & vn'vscire d'vna vita mortale, per entrare in vna immortale,come auenirà à me; & son certo che morirò cantando le mie orationi: nè hora à me dà noia l'horrendo pensiero della morte, se bene sò che per la lunga età sono prossimo à quella,pensando, che nacqui per morire, & che tanti sono morti in minor età della mia: nè meno mi dà noia l'altro pensiero compagno del sopradetto,che è il timor delle pene che si patiscono per li peccati dopò morte; perche io son buon Christiano, & sono astretto à credere, che sarò liberato da quelle, per virtù del sacratissimo sangue di Christo, che vuolse spargerlo, per liberare noi suoi fedeli Christiani da tali pene. O che bella vita è la mia, ò che felice fine sarà il mio. Et dette da me le sopradette cose,il giouine non replicò altro, se non che disse,che era determinato di mettersi alla vita sobria,per fare vn tanto auanzo, come haueua fatto io: ma che ne haueua fatto vn'altro molto importante,che si come haueua vna gran noglia per lo suo inuecchiare, che hora desideraua di inuecchiare tosto, per tosto poter godere la godeuole età vecchia. Il gran desiderio,Reuerendissi-

dissimo Signore, che io haueua di ragionare con voi, mi ha sforzato di esser lungo, & sforzami di ragionare anchora, ma poco. Signore, vi sono alcuni molto sensuali, i quali dicono, ch'io hò gettato via il tempo & la fatica, à comporre il Trattato & gli altri discorsi della vita sobria, acciò che la si tenga; perche è cosa impossibile à farla: la onde tal Trattato sarà vano come quello della Republica di Platone, che si affaticò in scriuer cosa che non si poteua fare, onde conchiudono, che'l suo Trattato è vano; e che così sarà il mio. Di questi io molto mi marauiglio, che pur veggono nel Trattato, c'ho tenuta la vita sobria molti anni auanti, che la scriuessi, nè l'hauerei scritto, se non hauessi veduto prima, ch'ella era vita che si poteua tenere; & anco conosciuto, che giouaua grandemente; che era vita virtuosa, & essendoli io obligato, fui astretto à scriuere, acciò ch'ella fusse conosciuta per quella che è: & sò che molti, visto il Trattato, si hanno posti à tale vita; e per lo passato, come si legge, molti l'hanno tenuta; talche la oppositione che cade in quello della Republica non cade nel mio della vita sobria. Ma à tali sensuali nemici della ragione, & amici del senso, stà bene, se mentre procurano di satiare ogni lor gusto & appetito, incorrono in trauagliose infermità, & bene spesso auanti tempo s'incontrano nella morte.



IL FINE.